RECUPERA TU
MASCULINIDAD
"Es Necesario Ser Hombre"
ALFA

RECUPERA TU MASCULINIDAD.

Introducción

Se han escrito muchos libros referente a la masculinidad y el hombre alfa. Hay un sinfín de libros por ahí que son buenos y útiles, pero he notado que siempre los libros giran en torno a tres cosas principales que me causan molestia:

- Seducción.
- Odio a la mujer.
- Promiscuidad.

Hoy día se ha tergiversado el verdadero significado de la masculinidad y lo que implica ser un hombre alfa realmente.

La mayoría de libros que he leído son en pro a estas tres cosas. No digo que no tengan buenas cosas, pero olvidan lo más importante, y son sus valores, principios y código de honor.

En este libro verás esto en pleno desarrollo. Hablaremos de cosas que necesita realmente un hombre para que sea mejor en la sociedad, en la familia, en el matrimonio y en sí mismo. Un hombre de propósito, pero con código moral y de honor.

Así que ya sabes, este libro no se enfoca en como ayudarte a ligar a tres mujeres para que tengas sexo con ellas en la semana. Tampoco es un libro para que seas rico y exitoso haciendo ciertas cosas..

Este libro es para ayudarte a ti a que sepas cuál es tu importancia, a que seas un mejor y buen hombre masculino.

Capítulo 1.

¿POR QUÉ ES NECESARIO SER HOMBRE?

“No es bueno ser hombre, es necesario ser hombre”.

— Jordan Peterson

Ser hombre es un honor, es un privilegio, pero también es una responsabilidad y necesidad. Los hombres tenemos la semilla que da vida, y esa vida se forma dentro del vientre de una mujer. El hombre juega un papel fundamental en la sociedad y en toda la civilización. Desde la paternidad hasta el desarrollo exitoso de un matrimonio, el hombre es la base fundamental.

El hombre es algo más que carne y hueso, más que atractivo y fuerza, más que músculos y destreza. El hombre es un pilar y un símbolo de liderazgo y protección.

Los hombres son necesarios por muchísimas cosas, pero aquí pongo algunas básicas:

- Los hombres son buenos líderes.
- Los hombres son mejores responsables de actividades productivas.
- Los hombres son hábiles para los trabajos físicos o que exijan fuerza.
- Los hombres tienen dotes para la toma de decisiones.
- Los hombres dan la vida por medio de su semen.

Pero la necesidad de ser hombre trasciende a esto. Los hombres son necesarios para hacer funcionar este mundo. Los hombres son necesarios para formar familias fuertes. Los hombres son necesarios para crear las civilizaciones. Los hombres son necesarios porque este mundo necesita héroes como policías, bomberos, soldados, albañiles, etc. Los hombres son necesarios porque son protectores, proveedores y líderes natos.
Los hombres son necesarios porque todas las mujeres necesitan a los hombres para ser amadas, ser cuidadas y ser protegidas.

Ser hombre es necesario porque la masculinidad está en crisis.

.
Hoy más que nunca la masculinidad está siendo atacada por esta cultura pagana y progresista. El hombre no es solo un cajero automático o un burro de carga. Ser hombre es algo más que una necesidad, es la base de la sociedad.

Los hombres en la cultura actual han perdido su camino. Esto ha llegado a tal extremo que han sido ridiculizados y hasta sodomizados. Han caído como esclavos de las drogas, de los vicios, de las prostitutas, del movimiento gay y de la agenda progresista actual. La masculinidad está en crisis porque los hombres no toman el control.

El movimiento feminista le ha hecho creer a miles de mujeres, que los hombres ya no son necesarios. Incluso, los medios de comunicación más populares se prestan para el discurso de que las mujeres pueden tenerlo todo, y que no les hace falta un hombre para lograr las cosas.

Por la falta de hombres masculinos en los hogares y la sociedad, las mujeres están actuando más como hombres, y esto es solo porque la mayoría de los hombres están deconstruidos y dominados por la dopamina barata y lo que esta sociedad contaminada les ofrece. Cuando los hombres no actúan como hombres, la civilización va camino a la destrucción.

La masculinidad está tan en crisis que las series de Netflix, Disney Plus, o las películas que se producen en Hollywood, ridiculizan a los hombres. Los ponen afeminados, débiles, estúpidos y con disforia de género. Los actores cada día son más afeminados y homosexuales. Estos se prestan junto a la industria del cine para retratar una nueva versión de la masculinidad que lo que hace es degradar al hombre.

Ya el héroe, el fuerte y el mejor guerrero no es el hombre, sino la mujer o alguien con trastorno de género. Hoy día se promueve a un hombre sin identidad, que es débil y manipulable. Hoy en día es malo ser defensor de la masculinidad, lo cool es defender lo que va contra la masculinidad.

La cultura Woke, la ideología de género y los medios populares con el cine en la actualidad, bombardean constantemente nuestra cosmovisión de las cosas. Ni los niños escapan de estas cosas. Los padres de la actualidad apoyan esto y permiten que sus hijos varones no desarrollen la verdadera masculinidad que los hará hombres y fuertes, sino que los dejan a su suerte, o les inculcan que no deben ser masculino, sino *“lo que quieren y sienten ser”*

Esto no puede seguir así. Debemos parar esta locura. Debemos mostrar resistencia. Debemos combatir esto volviendo a lo que somos realmente, HOMBRES.

Ser hombre es necesario porque la sociedad lo necesita.

Las sociedades se construyen con hombres líderes y fuertes. La sociedad hoy día está más depravada, más sodomita y más frenética que nunca. Creo que sodoma y gomorra ni se acercan a lo que sucede en esta época y generación de hombres.

- Hombres adictos al porno.
- Hombres afeminados.
- Hombres infieles.
- Hombres promiscuos.
- Hombres maltratadores.
- Hombres débiles.
- Hombres vagos.
- Hombres homosexuales.
- Hombres que se visten de mujeres.
- Hombres que se hacen pasar por animales.
- Hombres adictos a las drogas.

Esto y más está de moda en muchos hombres de hoy. Hombres deformados y dañados por el sistema y la cultura Woke. Hombres corrompidos por la inmoralidad y perversión que hay en las calles y las redes.

Para ser una mejor sociedad, los hombres deben despojarse de toda esta basura. Pero debemos preguntarnos: ¿Cómo hemos llegado a esto? ¿Por qué el hombre ha caído tan bajo?.

Son muchos factores, pero creo que uno de los principales es la familia. No hay sociedades fuertes sino hay familias fuertes.Y para que existan familias fuertes, el hombre debe ser un buen líder masculino en el hogar.

En la sociedad actual hay una crisis de paternidad. Demasiados hijos en la calle que crecen sin padres. Hombres que abandonan el hogar por una prostituta o cualquier cosa. ¿Cómo vamos a ser una sociedad diferente si los hombres no estamos creando un ambiente saludable en nuestros hogares?

- No somos buenos padres.
- No somos buenos hombres.
- No somos buenos esposos.
- No somos buenos hijos.
- No somos buenos abuelos.

Debemos estar conscientes que la sociedad actual, para cambiarla en la medida posible, es fomentando una masculinidad sana a nuestros hijos. La generación que viene debe saber que la masculinidad no es tóxica, sino saludable. Que ser hombres es necesario y vital.

Ser hombre es necesario porque la familia lo necesita.

El papel que juega el hombre en la familia es esencial. Sin hombres, las familias no son lo mismo. Sin la figura masculina en el hogar, los hijos crecen con daños emocionales y la mujer se llena de dolor y resentimiento.

Dios creó desde el inicio al hombre y a la mujer, cada uno con características propias, con un diseño especial y único. Al considerar las grandes obras de la creación nos maravillamos, lo mismo ocurre cuando entendemos el propósito para el cual fuimos creados.

Dios también diseñó el matrimonio; el hogar es una bendición de Dios, los hijos son herencia divina, y estableció Dios un modelo y los principios para que la familia funcione y permanezca. Seas cristiano o no, te parezca loco o no, este diseño viene de Dios y esto es lo que ha ayudado a que las sociedades crezcan enormemente.

¿Por qué es necesario el hombre en la familia?

Porque cuando el hombre es la cabeza del hogar, la familia crece y se fortalece. El hombre es el que debe dirigir la familia por eso. La biblia en el libro de Efesios 5:23, dice lo siguiente:

“Porque el marido es cabeza de la mujer, así como Cristo es cabeza de la iglesia, siendo El mismo el Salvador del cuerpo”

Los patriarcas como Noé, Abraham, Isaac y Jacob, fueron hombres de altar y líderes de su clan o familia. Sobre ellos residía la responsabilidad de tomar decisiones, de defender a su familia, de llevarlos a buenas tierras, etc. El papel del hombre en la familia es fundamental.

Si bien es cierto que el hombre es cabeza, y recae en él la responsabilidad de tomar las decisiones, el consejo de la mujer es fundamental, y al fin y al cabo son uno solo. Dios ha capacitado a la mujer con una intuición que el hombre no tiene tan desarrollada, por eso caminar juntos y complementarse es vital. No hablamos de un liderazgo tiránico. Pero cuando vemos que la esposa le quita el liderazgo a su esposo, se desplaza radicalmente el diseño divino para establecer un modelo terrenal, y aun demoníaco pues el espíritu de Jezabel entra a dañar el hogar. Esto es gracias al feminismo también que ha hecho que la mujer subleve al hombre.

Como líder y alfa, el esposo debe ser inspiración para sus hijos, y también para su esposa. El hombre debe ser un buen esposo, y un buen padre. Su masculinidad bien ejercida debe enmarcarse allí como buen ejemplo.

Por diseño divino el varón es protector y proveedor en casa, Efesios 5:28-29.

“Así también deben amar los maridos a sus mujeres, como a sus propios cuerpos. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama. Porque nadie aborreció jamás su propio cuerpo, sino que lo sustenta y lo cuida, así como también Cristo a la iglesia”.

La tarea de un hombre, además de ser un alfa, es que cuida, protege y alimenta a su familia. Es por ello que el papel de un hombre en el hogar es fundamental.

Más allá de lo que dice la biblia, es imperativo ser hombre porque lo que está siendo más atacado hoy día es la familia. Solo basta con mirar lo que está haciendo Disney o lo que promueve el feminismo o el movimiento gay. Falsos diseños y estructuras que lo que hacen es distorsionar el verdadero diseño del hogar y la familia.

Ser hombre es necesario porque todos nos necesitan.

No es cualquier cosa, es menester que seas hombre. Necesitas ser un hombre masculino. Negarte a ser hombre es negar tu naturaleza y negar el propósito por el cuál estás aquí. Ser hombre es duro, es desafiante, es difícil y hasta complejo; pero es una virtud que nos hace únicos y diferentes.

Necesitas comprender que estás diseñado para ser fuerte, para resistir y para marcar la diferencia. La sociedad, la familia y todo lo demás, te necesita a ti. Vemos que hoy día el hombre es menospreciado, pero lo menosprecian por miedo a lo que ese hombre puede llegar a ser. Otros lo hacen porque no comprenden en realidad la grandeza de ser hombre.

Necesitas comprender tu importancia, tu valor y tu dignidad.

- Las mujeres.
- Las empresas.
- Los negocios.
- Las construcciones.
- La ciencia.
- El arte.
- La disciplina.
- Las construcciones.
- La defensa.
- El ejército.

Todo lo que te puedas imaginar, te necesita. El mundo y todo lo que existe actualmente necesita de nosotros los hombres.

- La electricidad dejaría de funcionar si no hubiera hombres.
- Los edificios jamás se harán y menos se sostendrán sin los hombres.
- Los países quedarían desprotegidos si no hay hombres en el ejército que la defiendan.
- El petróleo se quedaría allí si no hay hombres que construyan plantas petroleras.
- No habría agua potable si los hombres no trabajaran en las represas.
- No habría agricultura si los hombres no trabajan la tierra.
- No habría pesca si los hombres no salen a pescar.
- No habría ley y orden policial si no hubiera hombres en la policía.

Nadie dice que las mujeres no son importantes, pero debes comprender que los hombres son necesarios. Tu eres necesario.

Capítulo 2.

RECUPERA LA MASCULINIDAD.

MASCULINIDAD BIBLICA.

Lo primero que hay que entender es que la masculinidad lo es todo para el hombre. Y en ese entendimiento, debemos examinar que la masculinidad no es algo impuesto por nadie. Esto fue un diseño de Dios.

La masculinidad del hombre es un diseño formado por un conjunto de cualidades, características y roles que componen al hombre, es un diseño creado por Dios de manera completa que se distingue del diseño de la mujer.

El hombre y la mujer no son iguales en esto. La mujer fue diseñada para ser femenina y lo que abarca esas características, el hombre para ser masculino y lo que conlleva esas características.

¿Dónde se originó la masculinidad del hombre?

La Biblia nos dice: *"Y creó Dios al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó; varón y hembra los creó."* (Génesis 1:27).

El relato bíblico comienza afirmando que los hombres y las mujeres están diseñados a la imagen de Dios, y es por eso, que los hombres como las mujeres (como seres humanos) ante Dios tenemos igual valor, estimación, dignidad e importancia. Debemos tener bien claro de que no existe superioridad, ni inferioridad entre los hombres y las mujeres ante Dios.

Ahora bien, inmediatamente en el capítulo 2 versículo 18 del mismo Génesis dice: *"Y dijo Jehová Dios: No es bueno que el hombre esté solo; le haré ayuda idónea para él".* Aquí vemos una clara distinción en los roles. Vemos claramente que el hombre y la mujer no son iguales como individuos y las funciones. Dios no creó a una igual a Adán, es decir, no creó a otro hombre. Dios hizo a alguien opuesto a lo masculino, la mujer con su feminidad. Esto deja en relieve que la masculinidad es importante, diferente y única para el hombre.

Debemos entender clarísimamente que la masculinidad y la feminidad no son condiciones adquiridas o impuestas por las personas de este mundo, ni tampoco han sido establecidas como dogmas por las culturas y las épocas, ya que han estado ahí antes, durante y después de la caída del hombre o sea del acontecimiento que provocó que el pecado entrara en el mundo, hecho plasmado en Génesis 3, y esto es muy importante para todos porque en estos tiempos existen corrientes ideológicas como el feminismo o el movimiento LGTBQ+ que promueven que ser hombre y ser mujer son construcciones sociales y culturales que pueden ser cambiadas, modificadas o alteradas por lo que cada cual quiera ser, lo cual es una clara rebeldía y por ende un acto pecaminoso contra Dios y su creación.

Es por esto que en Estados Unidos, o países de Europa o aquí mismo en latinoamericana, la ideología de género y los movimientos Woke intentan por doquier entrar en las escuelas y adoctrinar a nuestros niños.

Hay que entender de una vez por todas que la masculinidad no es un género creado por los políticos conservadores, ni progresistas, ni tampoco un estigma sexual creado por la ONU quienes se han inventado usando la ideología de género más de 100 identidades sexuales, sino que la masculinidad es un diseño de Dios. Seas cristiano o no, debes entender que es así.

No estoy usando la biblia para que seas cristiano como yo, la estoy usando para demostrarte que la masculinidad antecede más de lo que piensas. Uso la biblia para demostrarte que las ideologías te mienten al decir que la masculinidad es un invento de machistas o una construcción social creada para dominar y destruir a la mujer.

Un texto bíblico que define muy bien la masculinidad del Hombre es 1 Corintios 16:13-14:

"Velad, estad firmes en la fe, portaos varonilmente, y esforzaos. Todas vuestras cosas sean hechas con amor."

Queremos resaltar que la palabra varonil que se usa en el versículo 13 es en el griego *"andrízomai"* que es un derivado de la palabra griega *"anér"* palabra primaria que significa *"hombre"* (propiamente como un varón individual). El término en sí resalta la distinción y enmarca en que es masculino.

Este texto bíblico es demasiado interesante porque el escritor, que es Pablo de Tarso, nos da 5 características o enseñanzas sobre el hombre.

1- Velad (Estad siempre en alerta)

En la mente de Pablo, había lo que se conocía como un centinela o vigilante.
¿Qué hacía específicamente un centinela? Proteger, cuidar y avisar de algún peligro. El centinela era un protector.

Una de las características de un hombre masculino, tenga hogar o no, es cuidar y proteger a los demás, y eso incluye a nuestros seres queridos. El hombre por naturaleza e instinto tiene esta habilidad. Sea que se niegue a proteger o lo ejerza, él tiene esto. Es por eso que los hombres somos los mejores y más capacitados para proteger a la ciudad como agentes de policía o al país como soldados de la patria

En el contexto familiar, los hombres estamos llamados a ser cuidadores y protectores y proveedores para el sustento de la familia. Es por eso que somos los responsables principales de salir a trabajar para buscar el sustento de nuestras familias y no nuestras esposas (aunque por mutuo acuerdo ellas en algún momento puedan ayudar en esto). Los hombres debemos y tenemos que cuidar a nuestras familias de cualquier peligro, sea físico o hasta ideológico. Nosotros debemos proteger la mente y el corazón de nuestros hijos de todos los ataques progresistas de hoy.

2- Portaos varonilmente (Compórtense como hombres).

No solo somos masculinos, debemos actuar y ser masculinos.

Pablo pone esto no solo cómo mandato, sino cómo una necesidad imperante. Es un deber y necesidad ser masculinos. Además que está implícito que el hombre no puede ni debería actuar de otra forma. No debe ser homosexual ni afeminado. También habla de asumir su rol como alfa y de líder en el hogar.

Un hombre afeminado u homosexual no será capaz de dirigir un hogar. Las mujeres y los hijos necesitan a hombres masculinos que los guíen y protejan. Un afeminado u homosexual jamás podría serlo.

También se refiere sobre todo a la hora de la batalla, o sea cuando nos toca luchar contra aquello que quiere hacernos daño, así como aquellas cosas que quieren atentar contra la integridad de nuestras familias.

3- Estad firmes en la fe (Manténganse firme en la Fe)

Esto también podría referirse a tu filosofía de vida. Muchos adoptan la filosofía estoica por ejemplo (que jamás hablaremos más adelante) como fuente de sabiduría para mejorar su identidad y masculinidad. La fe es nuestro credo y nuestra cosmovisión. Para un hombre alcanzar su máximo potencial y éxito en la vida, debe tener una filosofía de vida. Esa filosofía le dará ciertos códigos morales que le ayudarán a ser mejor.

Más allá de la fe cristiana, cualquier filosofía sana y moral te va ayudar a ser un mejor y buen hombre.

4- Esforzaos (Valiente, animoso)

Es importante que como hombres recordemos las palabras que Dios le dio a Josué en Josué 1:9: *“Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo a dondequiera que vayas”.*

Algo que caracteriza a un hombre masculino es la fortaleza y esfuerzo que saca para seguir luchando. Jamás se rinde, jamás retrocede y jamás se da por vencido. Pablo nos anima a que seamos hombres masculinos que se esfuerzan cada día.

5- Todas vuestras cosas sean hechas con amor.

Algo que también caracteriza a un hombre masculino es la capacidad de amar y ser empático con los demás.
Todas nuestras acciones y actitudes como hombres, tanto en nuestro hogar (en el trato con nuestras esposas e hijos), así como con el prójimo en sentido general, deben tener la marca distintiva del amor y la empatía.

Este punto 5 revela que el hombre masculino no es machista. El machismo es una distorsión y hasta una aberración que sólo busca obtener poder por medio del maltrato a los demás.

MASCULINIDAD ESTOICA.

Si hay algo que se necesita urgentemente para ser hombre masculino, es ser hombres estoicos

Hoy día en redes hay una guerra entre el feminismo y los denominados hombres de alto valor. Estos han llegado a tal extremo de decir que las mujeres no necesitan a los hombres, y que los hombres no necesitan a las mujeres. Esto ha generado es odio, rivalidad y una competencia que lo que realmente ha logrado es que la gente viva infeliz.

Mi intención desde el comienzo de este libro jamás fue y será que la mujer no es importante y menos necesaria. Ambos nos necesitamos y nos complementamos. Creo que la Biblia y el Estoicismo es el punto que une a hombres y a mujeres para que no se odien mutuamente.

¿Qué es el estoicismo?

El estoicismo es una filosofía antigua originada en Grecia, que propone vivir en armonía con la naturaleza, cultivar la autodisciplina y mantener una serena indiferencia hacia lo incontrolable. Esta filosofía de vida destaca la relevancia del desarrollo del carácter mediante la forja de virtudes como la sabiduría y la valentía. Algo que se logra por medio de la autenticidad y la coherencia con los valores personales. A diferencia de buscar la felicidad en circunstancias externas como las drogas, el sexo, el deseo, la lujuria, el porno o las mujeres, el estoicismo sostiene que la verdadera dicha reside en la virtud y honor del hombre.

La filosofía estoica reafirma la idea de que toda felicidad o satisfacción se encuentra únicamente en nosotros cuando decidimos tomar el control. Según la filosofía estoica todo lo que un hombre requiere es entenderse a sí mismo como ser que se auto descubre diariamente y se entrena en el arte del buen vivir.

Los estoicos abogaban mucho por la paz interior, y ellos creían que la autodisciplina y la aceptación pacífica de los eventos eran fundamentales para encontrar significado y satisfacción. Esto lo lograban independientemente de las adversidades de la vida.

Creo fielmente que el estoicismo proporciona suficiente sabiduría y guía para los hombres.

¿Qué es el hombre para el estoicismo?

El estoicismo se centra en la idea de que uno debe vivir de acuerdo con la razón y la naturaleza. En términos de masculinidad, los estoicos creían que el hombre ideal era aquél que se esforzaba por ser sabio, justo y valiente en todo momento. Para el estoico el hombre masculino es alguien fuerte de mente y emociones.

Según el estoicismo el hombre es un ser racional y muy capaz de controlar sus emociones y de tomar decisiones basadas en la razón y la lógica. La idea de que fuera un animal que no razona porque se dejó dominar por sus instintos y deseos, no era parte de ellos. Ellos creían que la clave para la felicidad y el desarrollo personal era vivir de acuerdo con la naturaleza y aceptar lo que la vida les ofrecía. Era recibiendo con gratitud las cosas de la vida viendo el dolor y las dificultades como un mentor sabio.

El hombre estoico también es capaz de aceptar la adversidad y el sufrimiento con dignidad y fortaleza. No se deja vencer por las circunstancias, sino que las utiliza como oportunidades para crecer y mejorar como persona

Como dijo Séneca:

“Nos volvemos más sabios por la adversidad”.

El dolor y la adversidad son mentores que te ayudan a ser sabio en la vida. En términos de masculinidad, esto significa que el hombre estoico es aquel que se esfuerza por ser fuerte y valiente en medio de la adversidad, pero también sabio y justo. El hombre estoico busca la violencia o la agresión como una forma de afirmar su masculinidad, sino que busca la paz y la armonía a través del autocontrol y la razón.

El hombre estoico es aquel que se esfuerza por ser sabio, justo y valiente en todo momento, viviendo de acuerdo con la naturaleza y aceptando lo que la vida le ofrece.

5 principios del estoicismo que te harán masculino.

El estoicismo es una filosofía antigua que ha ganado un gran interés en los últimos años debido a su enfoque en la autodisciplina, la resiliencia emocional y la tranquilidad mental. Muchas páginas dedicadas a la masculinidad y el rescate de los valores del hombre han hecho un trabajo extraordinario para traer de vuelta esta gran filosofía.

Quiero mencionarte los principios fundamentales del estoicismo:

1- La razón es la guía suprema del hombre masculino:

El estoicismo subraya la importancia de usar nuestra razón y lógica para tomar decisiones y vivir de acuerdo con la naturaleza. Los filósofos estoicos creían que la razón era la única guía confiable para la vida y que debíamos utilizarla en todo momento para tomar decisiones sabias y racionales. Un hombre que usa la razón para la toma de decisiones en la vida, es un hombre sabio que sabe lo que es, lo que quiere y a dónde se dirige.

2- El hombre masculino vive de acuerdo con la naturaleza:

Para el estoicismo, la naturaleza era el modelo ideal a seguir. Cada evento y circunstancia no era algo desafortunado, sino que era parte de un propósito. Ellos enfatizaban que debíamos vivir en armonía con el mundo natural, aceptando con gratitud todo lo que nos presenta la vida, fuera bueno o malo, y encontrando la felicidad en nuestro propio ser interior.

3- El hombre masculino controla sus emociones:

El estoicismo enfatiza la importancia de la autodisciplina y la resiliencia emocional.

“Nadie es más fuerte que el hombre resiliente”.

Los estoicos creían y enseñaban que debíamos aprender a controlar nuestras emociones para mantener una mente tranquila y equilibrada en todo momento.

“No se puede controlar las cosas alrededor, pero si nuestras emociones ante ellas”.

4- El hombre masculino sabe que la vida es corta, y vive en el momento presente:

Para los estoicos, la vida es un regalo maravilloso y precioso que debemos apreciar y disfrutar mientras dure. Ni hay razón alguna para desperdiciarla por la queja y la angustia. Los estoicos creían que debíamos vivir en el momento presente y no preocuparnos demasiado por el pasado o el futuro.

“Nos preocupamos demasiado por lo que no podemos controlar que perdemos de vista el regalo hermoso del presente”.

5- El hombre masculino practica la virtud y el honor:

El estoicismo enfatiza la importancia de vivir una vida virtuosa, de honor y moral. Los estoicos creían que debíamos esforzarnos por hacer lo correcto en todo momento, incluso cuando fuera difícil o incómodo

“Un hombre sin código de honor no es virtuoso, y lo que no es virtuoso, no es valeroso”.

Vivir de acuerdo con los principios del estoicismo puede ayudarnos a ser íntegros, a ser valerosos y a cultivar un carácter sano. Nos ayudaría a contemplar la felicidad y la realización en nuestras vidas cotidianas.

En relación a la masculinidad, según los principios del estoicismo, se podría decir que un hombre estoico es aquel que vive de acuerdo con la naturaleza, controla sus emociones y practica la virtud en todo momento. La masculinidad estoica no se trata de ser dominante o agresivo o machista, sino de ser fuerte, sabio y virtuoso en todas las situaciones que la vida nos presenta. Nos enseña a ser líderes y hombres ejemplares para la sociedad y la familia.

¿Qué necesita un hombre estoico y masculino?

Para ser un hombre masculino y estoico es necesario examinar cuatros principios fundamentales que pueden ayudarnos a vivir una vida más feliz y satisfactoria. Entre estos principios se encuentran:

1- El autocontrol:

La clave para la felicidad es aprender a controlar nuestras emociones y deseos. Para los estoicos esto era más que necesario. Debemos ser conscientes de nuestros pensamientos y sentimientos, y no dejar que nos dominen.

"El autocontrol es la fuerza, el pensamiento correcto es dominio, la calma es poder".

— James Allen

2- La aceptación:

Si vamos a empezar por ser hombres masculinos, debemos aceptar las cosas tal como son, en lugar de luchar contra ellas. Los estoicos creían que debemos aprender a encontrar la paz en medio de la adversidad y agradecer lo que tenemos en lugar de desear lo que no tenemos.

3- La sabiduría:

Debemos ser cultos y aprender a ver la importancia de la educación y el aprendizaje continuo. Debemos leer, escudriñar y examinar todas las cosas si queremos ser sabios. Debemos esforzarnos por aprender de nuestras experiencias y por mejorar cada día.

4- La justicia:

Debemos ver la importancia de tratar a los demás con justicia y compasión. Los hombres rectos actúan con justicia y compasión. Debemos ser honestos, justos y compasivos en todas nuestras interacciones con los demás.

Si seguimos estos principios, podemos encontrar la felicidad y la paz interior incluso en los momentos más difíciles de la vida. Estos principios son un bálsamo de sabiduría y paz.

La masculinidad estoica en resumen:

La masculinidad ha sido tradicionalmente definida en términos de fuerza física, agresividad y dominio de los demás. Incluso, en esta época moderna la masculinidad le han dado el título de “masculinidad tóxica” y otros de “masculinidad frágil”. Sin embargo, el estoicismo nos invita a repensar esta definición y a adoptar una visión más amplia y humana de la masculinidad.

Según los estándares del estoicismo, la verdadera masculinidad no se trata de dominar a los demás como una especie de tirano dictador o de demostrar nuestra fuerza física por medio del sometimiento y maltrato. En cambio, se trata de ser honestos, compasivos y justos en todas nuestras interacciones con los demás. Los estoicos creían que debíamos esforzarnos por controlar nuestras emociones y deseos, y encontrar la paz interior en medio de la adversidad. Esto nos ayudaría a ser pacíficos, buenos líderes y sabios mentores para los demás.

En resumen, y en relación a la masculinidad, según los principios del estoicismo, se puede decir que el hombre debe ser fuerte y valiente, pero también debe ser compasivo y justo con

todos. La virtud, el honor, la integridad, y la sabiduría son fundamentales para la masculinidad estoica.

VIRTUDES DE UN HOMBRE MASCULINO.

"El hombre conquista el mundo conquistándose a sí mismo".

— Zenón De Citio.

La cualidad más grande y honorable de un hombre yace cuando descubre quien es realmente, y cuando comprende para lo que está hecho. Las virtudes nacen del autodescubrimiento del ser. Cuando más miramos al interior, más veremos el potencial que tenemos.

Todos los hombres a los largo de la historia, desde los hombres en la biblia como David, Salomón o Pablo; hasta los más grandes filósofos como Aristóteles, Sócrates, Platón, etc; desarrollaron grandes virtudes al procurar conquistarse a sí mismos.

Hay muchas virtudes que un hombre puede desarrollar a lo largo de su vida. Estas virtudes se vuelven en él los modales que hacen al hombre. Un hombre sin virtudes carece de hombría. Un hombre sin virtudes carece de propósito. Un hombre sin virtudes no sirve para nada.

Vamos a mencionar al menos 3 de esas virtudes que todo hombre necesita cultivar y formar en su carácter para lograr una masculinidad adecuada. Menciono solo 3 porque creo que todo se resumen en ellas:

Honor.

El honor es una cualidad y manifestación del hombre que es virtuoso. Es una característica con una gran importancia social y privada.

¿Por qué es importante para el hombre, el honor? Porque:

- El hombre de honor tiene el reconocimiento social.
- El hombre de honor es conocido por su heroísmo.
- El hombre de honor es admirado por los demás.
- El hombre de honor recibe la aceptación social
- El hombre de honor es respetado y sirve como modelo a seguir.

Históricamente habían diferentes formas de concebir el honor para hombres.

En el primer caso, el honor se vinculaba con el valor, la honradez, el heroísmo y el mérito que un hombre lograba obtener y desarrollar. Un ejemplo histórico respecto de cómo se mantenía el honor entre hombres era a través de la acción y la lucha.

En la antigüedad el honor era todo para un hombre. Esto era algo que no se podía negociar. El honor no podía ser pisoteado o humillado. El honor era defendido hasta la muerte. El

honor se defendía a toda costa enfrentándose a quienes lo deshonraron y luchando por mantenerlo (o por recuperarlo).

Los hombres no veían el honor como un juego en niños o algo superfluo y banal. Era el honor o nada.
Los duelos entre hombres, que podían terminar con sus propias vidas, eran una de las muestras de valor más apreciadas a la que ningún varón podía negarse. Desde los guerreros Samurai, hasta los Caballeros reales de grandes imperios medievales; el combatir para defender su honor era algo digno de respeto y admiración. Por más miedo que tuviera el hombre al saber que podría morir, no se negaban a la posibilidad de defender el honor de él o el de su familia.

Para todos los hombres que eran considerados respetables, caballeros y guerreros valientes, no enfrentar esa situación era considerado un acto de cobardía y tal deshonra no sólo lo afectaba a él, sino que también se extendía a su familia y entorno más cercano.

Esto en la antigüedad era muy diferente para las mujeres. En el caso de las mujeres, el honor se asociaba más con otras características, como la pureza, la virginidad y los valores de lo femenino (delicadeza, elegancia, ser respetable). La mujer debía ser femenina, cariñosa y delicada. El que ella fuera masculina o lesbiana era algo repugnante. En esa época la mujer tenía un valor fundamental para lo social. El honor de una mujer muchas veces se encontraba vínculada con la sexualidad (no tener sexo hasta el matrimonio, o de lo contrario no se era respetable). Una mujer que estaba con varios o que había estado con alguien antes del matrimonio, era considerada una deshonra y una cualquiera. A menudo se asociaba con una mujer de mala vida o prostituta.

Hoy día la mujer parece que perdió todo sentido de pureza y honor. Desde las exhibiciones en redes hasta el desnudo en plataformas digitales como Only Fans. Hasta se sienten orgullosas por su Bodycount (número de hombres con los que estuvo sexualmente).

Estas formas de honor, en hombres y mujeres, sin embargo, debían mantenerse y sostenerse a largo plazo; caso contrario, una persona caía en deshonra. Perdía el respeto automáticamente ante la sociedad y la misma familia. Tal deshonra podía aislar al sujeto de su círculo social e impactar directamente en el desarrollo de su vida cotidiana (trabajo, economía, círculos de amistad) y, en última instancia, lo condenaba al ostracismo y al alejamiento del lugar donde se habitaba.

Quizás hoy no debemos llegar a ciertos extremos como en la antigüedad, pero sí creo que debemos tomar lo esencial de esto. Y lo esencial sería el honor, cultivar el heroísmo, la integridad y la honradez como persona.

En mi página de redes sociales, mi meta es esa, enseñar a los hombres que debemos ser hombres con código de honor. El hombre honorable siempre será respetable y admirado por todos.

- Sé honrado.
- Sé valiente.
- Sé virtuoso.
- Sé íntegro.
- Sé de ejemplo
- Haz lo correcto.
- Haz justicia.
- Ten compasión.
- Protege.
- Cuida.
- Ama.
- Sé leal.
- Jamás te rindas.

Esto y más te hace ser un hombre de honor.

Integridad.

"Sea mi corazón íntegro en tus estatutos, para que no sea yo avergonzado." (Sal. 119:80).

Cuando un hombre es sincero en su vida y actúa, hay menos posibilidades de sufrir vergüenza. La integridad es la gran autora de la confianza. Cada helada sacude al cuerpo enfermo, y cada prueba sacude al alma inicua. El íntegro quizá no siempre tenga un atractivo que llame la atención como el atractivo del hipócrita, pero el íntegro es natural, es genuino y no está disfrazado. En cambio el atractivo del del hipócrita es superficial. Es como el que viste con ropa prestada; el fuego de la prueba la derretirá y lo exhibirá.

La Real Academia Española (RAE) define a una persona íntegra como aquella que es *"recta, proba, intachable".* Según esta definición, el hombre íntegro es alguien que sabe lo que es el bien y hace todo lo posible por hacer cosas buenas. Se mantiene tan leal a su integridad que nada ni nadie tiene la capacidad para hacer que el vaya en contra de sus valores virtuosos y principios morales.

Un hombre íntegro no es un hombre perfecto. El comete errores como todos. Pero siempre su meta es procurar mejorar haciendo el bien a los demás. Algunas cualidades que tiene el hombre íntegro son estas:

1- Son hombres de palabra:

Ellos cumplen lo que prometen. Son hombres leales y toda promesa que hacen, la llevan a cabo.

2- Son hombres que saben gestionar sus emociones:

Son hombres que, aunque sienten emociones negativas y dañinas, las controlan. Podría decirse que son hombres estoicos de conducta y comportamiento.

3- Son hombres confiables y honrados:

Son hombres que sin duda no defraudan ni engañan a nadie. La virtud de ellos es que no se atreven hacer daño o estafar a nadie.

4- Son hombres que tienen una coherencia de vida:

Son hombres que actúan en consonancia con lo que dicen y piensan. No hay contradicciones en ellos.

Fuerza y Coraje.

“No es que no hagamos las cosas porque sean difíciles,
más bien las hacemos difíciles porque no nos atrevemos.”

— *Séneca*.

El hombre masculino es alguien que tiene fuerza y coraje. Es alguien que sabe enfrentar los diversos desafíos que la vida de depara.

La esencia de la masculinidad no es una cuestión de herramientas y adornos externos; es un asunto del corazón que no se rinde. Un corazón valiente frente a las dificultades y adversidades. Un corazón que ve el peligro e incluso la muerte, y se arma de coraje y gallardía. Ser masculino requiere resistencia y voluntad de dar con sacrificio. Ser masculino requiere fortaleza y resistencia. Requiere valentía y coraje.

Hay una escena de la película de ciencia ficción, Matrix Revoluciones, donde los soldados con sus armas de combate, a la espera de la llegada de las máquinas para destruir la ciudad de Zion, escuchan el discurso valiente del Capitán Mifune. El en su breve, pero poderoso discurso cargado de coraje, dice esto:

“Si las máquinas van a tomar nuestras vidas, entonces que pasen por un infierno para llevarselas”.

Si, es una película de ciencia ficción, pero si fuera esto la vida real y llegaran las máquinas a destruir este mundo, ¿crees que este discurso no te llenaría de valentía y coraje?

El valiente tiene miedo, pero lo enfrenta. Tiene miedo, pero no se turba. Tiene miedo, pero no lo demuestra. Sabe que puede morir, pero seguirá luchando sin importar si llega a ser vencido.

Otra escena es la del Capitán América herido en el brazo, con el escudo roto y solo para enfrentar a Thanos y todo su ejército. No hay diálogo, pero la escena en Avengers Endgame te deja a la imaginación clara que a él le importa morir.

¿Tenía miedo del Capitán? Posiblemente si, es lo más seguro. Pero no lo dio a demostrar. El demostró que lucharía hasta el final teniendo todas las probabilidades de perder.

Una de mis frases favoritas en las películas, es la del personaje histórico escocés, Williams Wallace:

“Pueden tomar nuestras vidas, pero jamás podrán tomar nuestra libertad”.

El hombre que tiene valentía y coraje demuestra ser un héroe. La valentía, o el coraje de un hombre, es esa virtud que nos permite hacer lo correcto, incluso frente al miedo. Sin ella, los hombres no actúan cuando hay peligro. O bien, saltan precipitadamente a un peligro grave porque no temen a las consecuencias, lo que es una tontería.

Hoy más que nunca se necesitan hombres con valentía y coraje. Hombres que sepan enfrentar sus temores y miedos y luchen sin importar las adversidades.

“No desarrollas valentía cuando todo va bien, sino cuando sobrevives a momentos difíciles y desafías la adversidad”.

— Séneca.

Cuanto más indago en esto, más me doy cuenta de que la vida consiste en el arte de hacerse las preguntas correctas. La vida no es fácil, y la vida te va a golpear. Te cito estas palabras del personaje de Rocky Balboa. Palabras que él le dice a su hijo:

"Te diré algo que ya sabes. En el mundo no todo es color de rosa, es un lugar mezquino y feo y por más fuerte que seas, la vida te pondrá de rodillas y no te dejará levantar si es que la dejas. Ni tu, ni yo, ni nadie golpea tan fuerte como la vida. Pero lo importante no son los golpes que das. Si no lo que eres capaz de soportar sin bajar los brazos. Cuanto eres capaz de resistir, sin tirar la toalla. Así es como se gana. Si sabes cuanto vales, exige lo que te mereces. Aguanta los golpes y no comiences a señalar ni a él, ni a ella ni a nadie porque no estás dónde quieres estar. Los cobardes hacen eso y tu no eres un cobarde, tu eres mejor que eso.”

Séneca compadecía mucho a las personas que nunca han experimentado un problema serio. El decía: *"Has pasado por la vida sin un oponente"*, dijo, *"nadie puede saber de lo que eres capaz, ni siquiera tú".*

El mundo quiere saber de qué estás hecho, de cobardía o de valentía, de debilidad o de fuerza, de miedo o de coraje. La vida en ocasiones te enviará situaciones difíciles para ver de qué estás hecho. Te pondrá como un saco de boxeo y deberás pelear sin tirar la toalla. Piensa en esto no como inconvenientes o incluso tragedias, sino como oportunidades, la oportunidad de ser un hombre masculino.

2 COSAS QUE DAÑAN MÁS QUE NUNCA LA MASCULINIDAD DEL HOMBRE.

Hay muchas cosas que pueden dañar la masculinidad de un hombre. Incluso hoy día estos daños han ocasionado estragos en muchos hombres y los han corrompido.

Casi ningún libro de hombre alfa o sobre la masculinidad abordan estos temas que a continuación mencionaré:

EL PORNO.

El porno hace que los hombres sean menos masculinos. El porno causa daños en tu sexualidad. Veamos qué daños causa. El porno causa:

Disminución de la Excitación:

La pornografía puede provocar una reducción en la excitación y, en los casos más graves, conducir a una disfunción eréctil. Abandonarla puede resolver estos problemas.

Desconfianza en uno mismo:

La pornografía erosiona la confianza en uno mismo, mientras que alejarse de ella tiene el efecto contrario: la refuerza exponencialmente. No hay mayor enemigo de la confianza en uno mismo que el porno. Te vuelve inseguro.

Daños en la Salud Mental:

Existe una conexión entre la mala salud mental y el consumo de pornografía. Al dejarla, tu salud mental mejora. Nada afectó más mi vida que el porno. Mi salud mental cada día era deplorable. Mi mente vivía con altos volúmenes de saturación y contaminación. Mi mente se vio muy afectada. Me costaba reflexionar, pensar mejor y concentrarme.

Desenfoque y falta de Productividad:

La pornografía daña tu centro de recompensa dopaminérgico, afectando tu concentración y productividad. Abandonarla permite una mejora significativa de tus capacidades cognitivas. El porno te desenfoca, sientes que te estanca en un círculo vicioso y ni te ayuda a ser productivo en la vida. No te ayuda a progresar y a crecer en tu personalidad y carácter. Sobre todo, no te ayuda a emprender en la vida ya que una vida de porno equivale a una vida sin propósito.

No Disfrutar de la Vida:

La pornografía altera tu recompensa de dopamina, dejarla hace la vida más disfrutable. Si hay algo que te hace infeliz es el porno. Si hay algo que apague tu brillo y luz, es el porno. Si hay algo que no te hace disfrutar la vida es el porno.

Falta de Presencia y Conexión Emocional:

La pornografía empuja a los hombres a estar en su cabeza en lugar de en el momento presente. Al dejarla, tu presencia y conexión con los demás mejoran. Te hace asocial, no comunicativo, y aislado de todo. Afecta tu capacidad empática para poder sentir y saber relacionarse con los demás.

Afectación en Relaciones con las Mujeres:

La pornografía complica las interacciones con las mujeres. Al alejarte de ella, estas relaciones mejoran considerablemente. El porno es un repelente de las mujeres. Sin que tú lo quieras, ellas se alejaran de tí. No sé cómo decirte esto, pero las mujeres saben cuándo tú miras porno. Ellas sientes que por tu saturación quieres solo sexo y no una relación seria.

Falta de control:

Los consumidores de pornografía buscan a menudo la gratificación instantánea. Dejarla mejora el autocontrol. Cuando miras porno vives estresado, imperativo, y sin poder controlar tus emociones y carácter. Esto te controla a ti y no tu a él. Esto claramente afectará tu carácter volviéndote desesperado y hasta violento. Un hombre sin control es peligroso.

Afectación de tu Vida Sexual:

Entre la reducción de presencia, conexión, interés sexual y excitación, la pornografía es perjudicial para el sexo. Incluso, el porno es enemigo del sexo. Al dejarla, tu vida sexual mejora enormemente.

Falta de Transformación Personal:

Usar pornografía hace difícil cambiar tu vida. No te ayuda a mejorar categóricamente en todas las áreas. Y basándonos en todo lo anterior, la vida de las personas se transforma cuando la abandonan.

Estas conclusiones no son solo mías. Muchos de los hombres que han buscado ayuda conmigo también han experimentado eso. Es por eso que, necesitas una transformación profunda en tu vida. Toma la decisión de dejar de forma consciente la pornografía.

Créeme que abandonar la pornografía solo tiene ventajas y ningún inconveniente. Es una decisión que puede transformar literalmente tu vida.

Si quieres más detalles de este tema, te invito a que puedas Adquirir mi Libro que está a la venta:
PORNO, ENEMIGO DE LA MASCULINIDAD.

LA PROMISCUIDAD.

La promiscuidad es un término actual que se utiliza comúnmente para describir el comportamiento sexual de una persona que tiene múltiples parejas sexuales sin establecer relaciones duraderas o compromisos emocionales.

Este fenómeno no es nuevo, desde la antigüedad siempre ha existido la promiscuidad, la deslealtad, la infidelidad y los excesos. Pero hasta el día de hoy esto sigue viéndose mal y pervertido.

Un hombre y una mujer jamás deben actuar así. Se suele mencionar mucho más que la promiscuidad no es buena en la mujer, y eso es cierto. Una mujer debe ser exclusiva, íntegra y reservada. Una mujer debe ser capaz de proteger su cuerpo y hacer honor a la virtud de la pureza.

Pero olvidamos que también es importante que el hombre no sea promiscuo.

“No hay honor en la promiscuidad”

Sin distinción alguna, la promiscuidad no beneficia a nadie. El hombre se ve afectado y la mujer también. La mujer pierde exclusividad y valor preciado, y el hombre pierde honor e integridad.

Pocos abordan el aspecto psicológico, emocional y social que causa la promiscuidad en los hombres. La promiscuidad puede tener diversas causas y consecuencias, tanto psicológicas como sociales.

Existen diversos factores psicológicos que pueden contribuir al desarrollo de comportamientos promiscuos en las personas. Algunas de las causas más comunes son:

Baja autoestima:

Los hombres con baja autoestima pueden buscar la validación y el reconocimiento a través de las relaciones sexuales. La promiscuidad les brinda una sensación de poder y control sobre su propia imagen. Pero esa sensación los destruye por dentro generando un vacío y una dificultad para relacionarse sanamente.

Miedo al compromiso:

Algunos hombres tienen un temor profundo a establecer relaciones duraderas y compromisos emocionales. Esto debido a daños en las relaciones pasadas y a traiciones por parte de mujeres. Esto genera un trauma o daño que los lleva a no ver rentable el comprometerse. La promiscuidad actúa como un supuesto analgésico que permite evitar el compromiso y mantener una supuesta sensación de libertad.

Problemas de apego:

Los hombres que han experimentado dificultades y traumas en sus relaciones pasadas, pueden desarrollar comportamientos promiscuos e infieles como una forma de llenar el vacío emocional y buscar la conexión con otros.

Búsqueda de emociones intensas:

La promiscuidad puede ser una forma de buscar emociones fuertes y excitación sexual constante. Es una forma de conseguir gratificación instantánea como pasa con el porno.

Algunos hombres encuentran en este comportamiento una forma de escapar de la monotonía y experimentar nuevas sensaciones. Pero el precio de esto es la infelicidad y la esclavitud hacia sus deseos primitivos.

Problemas emocionales:

Los hombres promiscuos pueden experimentar sentimientos de vacío, soledad y falta de satisfacción emocional. Incluso puedo afirmar que ninguno es realmente feliz.

La clara falta de la necesidad de conexión profunda y significativa con una mujer, puede llevar a una sensación de insatisfacción constante.

Riesgo de ETS, enfermedades sexuales:

Al tener múltiples parejas sexuales, aumenta el riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual. La promiscuidad sin el uso adecuado de métodos de protección puede poner en peligro la salud sexual de las personas. Los que creen que yendo a las prostitutas nunca se van a contagiar, se engañan a sí mismos. Los que piensan que usar los métodos anticonceptivos es 100% seguro de protección, se engañan a sí mismos. Siempre hay riesgos de contagios.

Considera esto:

La promiscuidad dificulta el establecimiento de relaciones sanas, estables y duraderas en el futuro. Un hombre que es promiscuo difícilmente tiene una masculinidad ejemplar. Difícilmente podrá amar y ser amado. Difícilmente podrá ser feliz.

- Ser adicto al porno.
- Ser promiscuo
- Ser infiel.
- Ser desleal.

No te hace masculino, te hace mediocre. El hombre masculino no debe ver porno y no debería ser promiscuo. Nada de esto realmente beneficia la masculinidad. Nada de esto te hace más hombre.

Capítulo 3.

SÉ UN HOMBRE ALFA.

Se lee mucho en redes sociales sobre el hombre alfa, hay muchas definiciones que se encuentran por ahí, y algunas de ellas hasta extremistas. Pero aquí vamos a darnos la tarea de hablar correctamente del hombre alfa.

¿QUÉ ES UN HOMBRE ALFA?

Hay muchas definiciones, pero para simplificar, y en mi opinión, un hombre alfa es:

- Un líder.
- Un maestro.
- Un protector.

Muchos piensan que el hombre alfa es un tipo controlador, machista y opresor que le gusta el poder y gobernar con tiranía. Incluso, muchos han asociado a dictadores comunistas como Vladimir Putin como un hombre alfa. Sí, él tiene poder. Sí, él es un hombre que gobierna un país. Pero no es un hombre alfa.

Ser Alfa es una virtud y cualidad que el hombre desarrolla. Y esto conlleva muchas cosas. El hombre alfa es un líder, no un tirano que hace lo que quiere con la gente. No es alguien que somete y golpea con el mazo para que lo obedezcan.

La idea de un hombre alfa no debería ser vista como algo aterrador o tóxico o peligroso. Hay que entender que un Hombre Alfa es alguien que tiene
objetivos de vida claros, es un hombre enfocado, un hombre líder, uno que tiene una seguridad e imagen personal que irradia fuerza y admiración. Pero el problema radica cuando algunos hombres asocian el ser Alfa con una imagen tirana y hasta narcisista. Es decir, algunos ven el ser Alfa como una actitud y personalidad soberbia y arrogante que a largo plazo hace que las personas que los siguen (porque vieron en ellos un líder) se alejen porque no los soportan.

Comprendamos que los alfa son sinónimo de líder. Los líderes poseen características específicas y grandes virtudes. Los líderes para poder guiar a otros, necesitan ser un buen ejemplo de muchas cosas. Por lo tanto, un líder no tiene nada que ver con ser un hombre controlador, iracundo y agresivo, algo que hoy en día lamentablemente se tiende a asociar como si fuera señal de capacidad y poder.

Recuerdo que día un profesor de teología en el seminario, me dijo esto:

“Un líder que se impone ante los demás demuestra más debilidad que virtud, demuestra más see un tirano que una inspiración”

Hay una escena de la película Dune, donde el padre del personaje Paul Atreides, le dice:

“Un gran hombre no busca ser líder. El recibe el llamado, y lo responde”.

Son las personas los que reconocen que eres un alfa, que eres un líder. Por ende son ellos los que te otorgan el reconocimiento del liderazgo cuando haces lo correcto y justo. Ser alfa no es venir a querer imponerte sobre los demás y pretender dar órdenes. El alfa hace lo correcto y justo y los demás lo siguen.

Así que, abandonemos la confusión que existe sobre el ser Alfa. Ser Alfa no tiene nada que ver con una personalidad y actitud arrogante o que es un tipo avasallador, que puede con todo, que no tiene límites y que no necesita a nadie. A menudo esta es la filosofía de muchos que creen que así es ser alfa. Piensan que el comportamiento de un alfa es la agresión y el ser arrogante. Estos se creen alfas, pero están lejos de serlo.

¿Por qué piensan que ser Alfa es ser agresivo?

Muchos han tenido una mala crianza. Tuvieron a padres que ejercieron violencia intrafamiliar. Lo que vieron de su padre fue una imagen de control, abuso y explotación.

Por ejemplo, el alfa de una manada de lobos es empático y respetuoso. El lobo sabe tratar bien a los de su grupo. Ejerce su liderazgo no desde la tiranía, sino desde la protección y cuidado. lejos

Muchos hombres crecieron y fueron formados por otros hombres con el estereotipo de un padre maltratador o un jefe controlador y agresivo. Lo más curioso es que muchos han desarrollado tantos traumas que creen que para sentirse mejor es procurar identificarse con esos modelos.

CARACTERÍSTICAS DE UN HOMBRE ALFA.

Hay muchas características en un hombre alfa, pero mencionaré algunas notables.

No busca la aprobación de nadie.

El Hombre Alfa sabe que su propio estilo de vida fue diseñado para él. Él ha definido bien sus objetivos, su filosofía o credo, su moral, sus valores, su código de honor, y su confianza en sí mismo. Sus principios ya han sido establecidos y son su norma de vida.

A él le tiene sin cuidado lo que piensen otros sobre sus estándares y comportamiento. El hombre alfa sabe perfectamente que no necesita que nadie le de un sello de aprobación para la forma en que él elige vivir su vida.

La empatía y amabilidad son parte de él:

El hombre alfa jamás es un narcisista. Los narcisistas no tienen la capacidad de empatizar con los demás. Si se trata de ser amable, el narcisista es amable consigo mismo, nunca con otros. Es por eso que el hombre alfa sabe que no tiene que ser un ogro con la gente. El sabe que debe tener cuidado con lo que dice y lo que puede hacer que genere en otros daños emocionales.

Está claro en lo que quiere:

Los hombres alfas son personas con claros objetivos de vida. Se podría decir que están definidos. Ellos saben lo que realmente quieren de la vida, y jamás se cansan de perseguir ese objetivo. Por ende, es alguien enfocado y sabe cómo tomar decisiones con sabiduría.

Busca crecer como hombre cada día.

El Hombre Alfa sabe que la única forma para convertirse en un hombre total, es creciendo físicamente y en conocimiento. Sabe que debe aprender de sus experiencias para ser sabio. No solo va al gimnasio y come saludable, sino que es un hombre culto. Busca leer libros y literatura cada día. Es un hombre que se fija metas alcanzables y enfoca su ambición hacia su logro.

No persigue mujeres.

Los hombres alfas no menosprecian a las mujeres y tampoco las ven inferiores. Simplemente comprende que cuando se trata de objetivos, ellas no son la mera principal.

El sabe que las mujeres y el sexo son una parte importante porque es algo que sabe que necesitará en un momento de su vida, (para casarse, disfrutar del sexo y tener hijos) pero no son la meta principal para la vida del Hombre de Alfa y más cuando este procura su desarrollo personal.

Tiene autocontrol de sí mismo.

Los hombres alfas por inercia y hasta por diseño, son hombres estoicos. Ellos saben cuales son sus
fortalezas y sus debilidades en la vida. Pero ellos también saben cómo las pueden usar para su desarrollo. Gracias al estoicismo, los hombres alfas conocen sus vulnerabilidades. Saben la necesidad de cultivar la autodisciplina para evitar que éstas le derroten y afecten gravemente.

Es un hombre carismático.

No confundir carismático con un pasado. El alfa tiene sentido del humor, tiene gracia y sabe como hacer reír a la gente. Pero nunca pierde la calma, la seriedad y el control. El carisma es algo que te permite romper el hielo o transmitir simplemente seguridad y confianza a los demás.

Valora el tiempo.

El tiempo es sagrado para él. Desde llegar puntual a no permitir que otros lleguen tarde. Él valora el tiempo aún más que el dinero porque sabe que el tiempo no tiene precio. El tiempo es la mayor inversión y esto no se debe desperdiciar.

Es seguro y confiado.

¿No te has percatado de que existen hombres que sin ser atractivos físicamente, tienen algo que llama la atención de todos? A ese algo podemos llamarlo encanto, embrujo, carisma o como queramos, y tienen que ver con la seguridad que tienen de ellos mismos.

Son hombres que se aceptan tal y como son y además de aceptarse, se aman. No debemos confundirlas con hombres vanidosos ya que la vanidad en realidad lo que hace es esconder carencias de autoestima.

VIRTUDES DE UN HOMBRE ALFA.

Las virtudes de un Hombre Alfa son aquellas que lo distinguen de los demás. Esas virtudes hacen que los hombres practiquen el bien, la justicia y la verdad. Esas virtudes guían al hombre a la rectitud de la voluntad y alejan a las personas de los vicios y las adicciones.

Para filósofos como Aristóteles, Sócrates y Platón, las virtudes determinan las buenas acciones, conductas y hábitos en las personas.

Esto me hace recordar las palabras de Gandalf El Gris a Lady Galadriel cuando le preguntó por qué Bilbo Bolsón.

“Saruman opina que sólo un gran poder puede contener el mal, pero eso no es lo que yo he aprendido. He aprendido que son los detalles cotidianos, los gestos de la gente corriente los que mantienen al mal a raya, los actos sencillos de amor. ¿Porqué Bilbo Bolsón? Tal vez porque tengo miedo, y él me infunde coraje”.

— El Hobbit J. R. R. Tolkien

Gandalf pudo ver en Bilbo Bolsón virtudes que sin duda lo hacían valeroso y honorable. Virtudes que inspiraban en el mago valor y coraje ante su miedo a la maldad.

Las virtudes son la clave de todo para que el hombre pueda mejorar en todos los niveles. Un hombre con poder, pero sin virtudes en él, usará ese poder para destrucción. No es el dinero, no son las cantidades de mujeres y menos el estatus que tengas. Nada de eso tiene valor si no tienes virtudes.

¿Cuáles son esas virtudes?

El estoicismo las resume en estas:

Prudencia.

La prudencia es la capacidad de ser humilde, de reconocer tus limitaciones, de que no todo lo sabes, de reconocer tus errores y aceptar consejos de los más sabios mentores y maestros.

Justicia.

La justicia es la capacidad para cumplir y ejercer derechos, hacer lo correcto, ser imparcial, y ser justos con buenos y malos.

Autocontrol o dominio propio.

El autocontrol control o dominio propio es la capacidad para dominar tus emociones, tus sentimientos, tus deseos, y mantener tu mente
clara. Es la capacidad de mantener serena y con confianza tu alma.

Tolerancia a la frustración.

La tolerancia a la frustración es la capacidad de poder ser paciente y esperar con calma los momentos y ámbitos de acción. Es entender que no siempre se puede obtener todo lo que se desea en la vida. Todo llega en su momento. Espera paciencia las cosas y no te frustres si no lo logras.

Fuerza, Coraje, Maestría y Honor.

Estas son las virtudes más esenciales e importantes que los hombres
necesitan para proteger sus intereses, pero también son las virtudes que deben desarrollar cada día para perseguir lo que quieren. Estas virtudes hacen al hombre a lo largo de su peregrinar en esta tierra.

HOMBRE ALFA VS MACHISTA.

Los hombres alfas no son hombres machistas. Existen hombres machistas, misóginos y que realmente odian a las mujeres. Hombres tan dañados que les encanta ver a las mujeres sufrir y ser dañadas. El hombre alfa no es así. Podríamos decir que el hombre machista es la antítesis del hombre alfa.

Veamos algunas diferencias básicas, pero que muchos no notan:

- El machista no respeta a la mujer.
- El alfa la respeta.

- El machista descalifica a la mujer.
- El alfa da honor a la mujer.

- El machista maltrata a la mujer.
- El alfa trata bien a la mujer.

- El machista suele ser deconstruido.
- El alfa es masculino.

- El machista puede llegar a maltratar a una mujer.
- El alfa jamás maltrata a la mujer.

- El machista es un resentido.
- El alfa es exitoso.

- El machista está dañado emocionalmente
- El alfa es sano emocionalmente.

Hombre machista.

El hombre alfa jamás es machista. El hombre machista por lo general tiene sus características (que vamos a mencionar) y lejos de defender el feminismo (cosa que jamás haremos) es importante aceptar que si existen hombres machistas.

1- El hombre machista comete abusos verbales y emocionales contra la mujer.

El abuso verbal es una de las características claves de un hombre machista. Este hombre es hiriente con la mujer que tiene por pareja. La vive denigrando y haciendo sentir mal. La menosprecia en público y en privado. Busca siempre bajarle la autoestima y tratarla como basura.

El hombre alfa jamás actúa de esa forma. El protege las emociones de una mujer y se expresa con respeto hacía ella. Hablamos del contexto de una relación con una mujer. Llámese novia o esposa.

2- El hombre machista comete abuso psicológico contra la mujer:

El hombre machista aplica palabras claves que buscan no solo hacer sentir mal a su mujer, sino que la hacen sentir como basura e incapaz. La hace sentir inútil y que es inferior.

El hombre alfa jamás actúa así. El hombre alfa reconoce las virtudes y capacidades e inteligencia de su mujer. La dignifica y jamás la denigra. Jamás la ve como inferior. Ella podrá ser diferente a él, pero jamás él la menosprecia como objeto o inferior.

3- El hombre machista comete maltrato físico.

Cuando escuchamos casos dónde el hombre ha golpeado a su esposa, debemos entender que lo hizo un machista y que jamás debemos aceptar que ese tal es un hombre alfa.

Los machistas agreden físicamente a las mujeres como un intento de demostrar superioridad y autoridad. Nada más bajo y ruin que llegar a golpear a tu esposa.

La naturaleza de un hombre alfa es de protección. Su instinto natural es el de cuidar y proteger. Agredir a su mujer no está en su norma. Es por eso que un machista jamás será un hombre alfa porque carece de masculinidad y valores.

4- Los machistas abusan sexualmente de las mujeres.

Si golpear y agredir a una mujer no fue suficientemente bajo,imagínate un hombre que llega a agredir sexualmente a su pareja o a cualquier mujer.

Un hombre alfa jamás haría tal cosa. No hay peor deshonor que eso.

5- El hombre machista es narcisista.

El hombre machista que es narcisista tiende a subestimar la valía y capacidades de su mujer. Además, que tiene una clara falta de empatía hacia lo que ella pueda sufrir o padecer.

Caso muy contrario al hombre alfa. Como mencionamos antes, el hombre alfa es estoico, y si algo aprendemos del estoicismo es el desarrollo y capacidad de la compasión y la empatía por los demás.

Antes de finalizar estos puntos, quiero que te quedes con este texto de la biblia para que lo medites:

"Esposos, amen a sus esposas y nunca las maltraten". (Colosenses 3:19).

HOMBRE SIGMA Y HOMBRE ALFA.

Existen los hombres alfas, pero también los hombres sigmas. En lo personal, como hombre alfa, estimo y respeto a los hombres sigmas. Aunque ellos no buscan ser líderes (pero son líderes) como los alfas, ellos son hombres de gran valor que es necesario darles el reconocimiento en este libro.

Los hombres alfas y sigmas tienen mucho en común, no son enemigos ni rivales. No son antítesis y menos unos polos opuestos cómo positivo y negativo. Simplemente la diferencia notable es la actitud.

El término sigma es nuevo, pero los hombres sigmas siempre han existido así como los alfas. Los alfas están arriba de la pirámide en cuánto a jerarquía social se refiere, pero los sigmas están fuera de esa pirámide jerárquica. No son más que los alfas, pero tampoco menos que los alfas. Son tan necesarios como los alfas.

La cuestión es que siempre se ha hablado del hombre alfa o macho alfa. Pero quizás sea la primera vez que sabes de los sigmas. Y para que tengas una idea de quién es alfa y quien es sigma, te nombro a dos personajes conocidos: Messi y Cristiano Ronaldo. Messi es sigma, es líder, y es seguro de sí mismo. Cristiano Ronaldo es un alfa, es líder y muy seguro de sí mismo.

También conocidos como ‘lobo solitario’, al sigma se le define como un hombre astuto, altamente independiente, con extrema confianza en sí mismo. Es resiliente, popular pero introvertido, callado y, con frecuencia, se le percibe como exitoso.

Aquí algunas características de los sigmas.

Rompen con las reglas establecidas.

Al igual que los los hombres alfas, los hombres sigma luchan con la autoridad de los demás. Y no, no estamos hablando de que no son humildes para reconocer el liderazgo de otros. Simplemente los Sigma suelen trabajar por su cuenta y tienen en alta estima la paz y la tranquilidad. A ellos no les incomoda la idea de la soledad. No sufren por estar en privado o distanciados de todo. Para los sigma trabajar solos y ser independientes no es malo. Ellos no tienen problemas para administrar su tiempo y organizarse. Si tienen la oportunidad de irse a las montañas solos, se van.

No buscan validación de nadie, ni de ellos mismos.

Los sigma no dependen de cosas materiales para sentirse completos,
exitosos o realizados en esta vida. Les da igual si tienen millones o no.

Ellos por ningún medio intentan validarse a sí mismos con cosas costosas porque comprenden que las cosas materiales carecen de valor y que además no pueden suplantar su valor y dignidad. Para ellos vale más una autoestima sana.

Son en extremo reservados.

Los sigmas jamás se la pasan publicando sus logros en redes. Jamás presumen de sus objetivos logrados.
Eso de publicar la casa, el carro, la mujer, sus títulos y demás, no está en ellos. Verás muy poco de ellos. La única forma que sepas lo que han logrado es que ellos te lo cuenten personalmente, pero jamás lo harán con jactancia ni menos para validarse.

Reservan sus emociones.

Ellos son muy extremadamente cautelosos y reservados. Y no, no es que son desconfiados o inseguros. Es que mientras menos reveles de ti a los demás, es mucho mejor. No los veas raro ni anticuados, simplemente ellos no sienten la necesidad de compartir su información personal.

Son excelentes líderes.

Los Sigma son líderes ejemplares y muy buenos, pero prefieren ser discretos. Ellos no buscan ser líderes. No andan compitiendo por eso. No les importa el poder y la sed de jerarquía. Ellos son como lobos solitarios, sin embargo, si se dan las circunstancias y el deber llama, aceptan el ser líderes sin la necesidad de verse como poderosos e inalcanzables.

Son hombres introvertidos y confiados.

A los hombres sigma jamás les gusta estar en el foco de atención. Más bien prefieren estar solos. Mientras que ellos son introvertidos, los alfas son extrovertidos.

JAMÁS SEAS EL HOMBRE BETA.

El hombre beta es el opuesto al hombre alfa. Un hombre beta esencialmente es un hombre común que no posee un sentido del valor propio y es el hombre que evita los riesgos y las confrontaciones, que permanece ante todo en su zona de confort. Es un hombre muy conformista de las cosas, o tiene aspiraciones y se establece fácilmente donde no tenga que hacer el mínimo esfuerzo por marcar la diferencia

Generalmente el hombre beta se identifica por una gran falta de presencia, carisma y confianza que se ven a niveles extremos en los hombres alfa. Mientras que el hombre alfa busca el desafío, el tener coraje y romper las reglas, el beta huye del desafío, es cobarde y tiende a ser muy sumiso a las reglas establecidas

A las mujeres les encantan los hombres alfas por su nivel de testosterona y confianza. Ellas saben que es este el mejor para procrear, dirigirlas y defenderlas. Ellas saben que este hombre las va a representar.

Pero a la mayoría de las mujeres jamás les gusta el hombre beta. En realidad ellas sienten total rechazo por los hombres beta debido a que transmiten debilidad, por otro lado son perfectos para mujeres controladoras. Sí, las únicas mujeres que les encanta tener a un hombre beta son las mujeres controladoras y mamás solteras puesto que los betas son altamente “útiles”, receptivos y adoran complacer y ver por los intereses de ellas.

Ellos serán capaz de aceptar como pareja a una:

- Mamás solteras con hijos de diferentes hombres.
- Mujeres que hacen contenido Only Fans.
- Mujeres que hacen porno
- Mujeres que tienen mucho kilómetraje (que hab tenido demasiado sexo con múltiples hombres).
- Mujeres que aman exhibirse en redes.
- Mujeres que son maltratadoras y narcisistas.
- Mujeres feministas
- Mujeres infieles.
- La ex.

Los hombres betas son fácilmente manipulables y manejables. Los betas son fáciles de controlar y dominar. Lo más perturbador es que los betas están conscientes de que son manipulados. Incluso, algunos aman ser manipulados y vivir así.

A las mujeres controladoras o cómo las que menciono arriba (que los betas aceptan) no les gustan mucho los hombres alfa debido a su inclinación natural por el liderazgo, el dominio y el autocontrol, todo lo que ellas no quieren de un hombre.

Vamos a darle un vistazo a las 7 características que los hombres beta exhiben todo el tiempo.

1- Siempre buscan aprobación y validación de los demás.

Los hombres betas procuran siempre enfocar toda su atención en ellos mismos, algo común en las mujeres que aman la validación colectiva de hombres. El beta lo busca tanto de hombres como de mujeres. Es como ese hombre que busca caerle bien a todos, pero no para bien de los demás, sino para bien de él mismo

Ama tanto la aprobación de los demás que llega al punto de obsesionarse con lo que otros piensan de él. Es decir, el hombre beta siempre está en busca de la aprobación de otras personas y constantemente intenta demostrar que está calificado, que es el mejor, y que todo lo puede. Al beta le parece ser más importante lo que “esperan de él” que vivir según sus propios ideales. Es por eso que los betas presumen mucho de lo que dicen que son, pero en realidad no lo son. Presumen el carro, las prendas, el dinero y el éxito con el fin de que todos hablen de él.

2- Tienen baja autoestima.

Un hombre beta no tiene autoestima, justifica sus acciones para todos los que llegan a cuestionarlo. Ese es el típico que sale en defensa de la que hace Only Fans o la mamá soltera que lo usa por dinero o la que lo tiene en la Friendzone. El beta es el que siempre siempre responde a las críticas que le hacen por sus acciones y pasa a la defensiva de forma muy sencilla cuando se siente presionado.

3- Apariencia débil que indica sumisión.

Por lo general el hombre beta luce muchas veces confundido y mal alineado al vestir. El beta tiende a tomar una postura rígida y con frecuencia parece no saber lo que está haciendo. El no tiene identidad y no sabe realmente lo que quiere.

Transpira tanta inseguridad y flaqueza que afecta a todos a su alrededor, incluso, a la que llega a ser su mujer.

Es alguien sumamente inseguro que no es capaz de mirar con firmeza a los demás. Es decir, el beta difícilmente consigue mirar a alguien a los ojos, siendo fácilmente intimidable tanto por hombres como por mujeres, cuando le dirigen la mirada este baja la suya. No es capaz de poder seducir y hablar con una mujer bella porque la ve inaplazable. Tiene las típicas actitudes serviles.

El hombre alfa no es así ya que el suele ser el que intimida a todos no por tiranía, sino por la seguridad y confianza en sí mismo que proyecta ante los demás.

4- Es estúpido con las mujeres.

Muy a menudo los hombres beta hacen de todo para complacer y agradar a una mujer, y muchas veces se define a sí mismo como una persona que está siendo utilizada o ignorada. Los hombres beta siempre son desesperados, ungidos y apresurados. Ellos están dispuestos a comprometerse con una mujer apenas ella le dé luz verde sin importar el examinar la vida pasada y actual de esa mujer. Para los betas, su vida gira en torno a esa mujer, si la pierde o se va, él prácticamente se queda sin nada, pues cree que no puede vivir sin ella. Es el que sale corriendo tras ella para suplicarle de rodillas y llorando que vuelva aunque ella le haya sido infiel. Además de eso, adora halagarla, siempre que le sea posible intenta comprarla con chucherías.

Y no, no es que no sea bueno ser detallista con una mujer. El beta no es detallista, él compra su amor por miedo a perderla. Se es detallista con la mujer que te aprecia y te corresponde; nunca jamás con la mujer que te usa. El beta no mira esa diferencia y a veces ni le importa.

5- Fobia social y timidez.

En el beta existe un odio a su propio reflejo en el espejo. Con frecuencia se siente nervioso e incapaz de mantener una conversación, evita el contacto visual con las personas y parece que siempre tiene prisa por ir y volver de un lugar. No se siente bien en lugares a los que no acostumbra a ir regularmente. Es incapaz de interactuar de forma dinámica con mujeres desconocidas, hay una renuencia constante en abordarlas.

6- Está detrás de las mujeres.

Los hombres betas no están dispuestos a tomar sus propias decisiones y permiten que otros las tomen por ellos. Es el que siempre espera las migajas que caen de la mesa. Un hombre beta siempre está indeciso sobre las cosas, espera por una dirección y que alguien asuma el liderazgo y sugiera una acción. Por ejemplo, cuando una mujer le da un poco de atención, este experimenta ansiedad y desesperación. De inmediato se torna extremadamente agradable con ella pasando a ser visto como un tipo “buena onda” que cree que actuando así ella se va a enamorar de él. Pero la realidad es que ellos terminan cayendo en la friendzone. Los betan son los que agotan sus esperanzas de tantos intentos fallidos por desesperación.

También son como los simp, que si ven un comentario de ella en redes, le comentan para que ella piense que él está de su lado. Ellos piensan con ello: *“Si estoy de acuerdo con ella, capaz ella se fija en mí”.*

Los betas son esos que ante una situación donde la mujer no lo quiere más, y él debería dejarla (que debería tener ese valor) lo que hace es comenzar a preguntarle a ella por qué lo rechaza. Lo peor de todo es que ella se niega a responder, pero el de necio continúa tras ella al punto de que esto se vuelve un suplicio y pasa a perseguirla.

7- Espera el permiso de las mujeres.

Las mujeres odian a los hombres sumisos que parecen hijos que le piden permiso a los papás. Los hombres betas toman el papel pasivo y subordinado ante las mujeres. Este tipo

de hombre en una relación puede llevar a la mujer a un estado de enojo, de rechazo y frustración pues él nunca tiene la iniciativa de nada y mucho menos opinión propia. Estas son dos cosas que la mayoría de las mujeres esperan del hombre.

Los alfas por eso nunca le piden permiso a ellas porque no están subordinados. Ellos toman las decisiones, toman la iniciativa y no esperan que ellas le den aprobación. No confundir con el machista. El alfa valora el consejo y recomendaciones de su mujer. Pero no es a eso a qué nos referimos

Nos referimos a que el beta prefiere esperar para comenzar cualquier cosa, ya que si ella no lo aprueba nada camina en la relación. Él sigue de forma religiosa una cartilla de reglas establecida por ella tal como un esclavo sirve a su dueño.

NUNCA SEAS EL HOMBRE SIMP.

¿Qué significa simp?

El término SIMP es el acrónimo anglosajón para “Sucker Idolising Mediocre Pussy”, básicamente es un hombre que está dispuesto a hacer absolutamente todo lo que sea para agradar, impresionar y complacer a una mujer, pese a que esta no lo merezca.

Este término al igual que el sigma, tuvo su popularidad a partir del 2010. Hoy en día el término “SIMP” se ha popularizado mucho y con razón, si miras a tu alrededor, podrás ver que la mayoría de los hombres en la sociedad y dentro de redes sociales, son SIMP e incluso es muy probable que tú lo seas o lo hayas sido.

Los simp son una epidemia que hay que erradicar a toda costa. Es una onda de inútiles y perdedores que no tiene dignidad y autoestima

¿Qué es un hombre simp?

Un hombre simp es un hombre que por lo general se caracteriza por un intercambio desigualitario de valor de sí mismo y a favor de la mujer. Pondré un ejemplo: te encuentras en una reunión X y conoces a una mujer y simplemente con tal de llamar su atención y que hable contigo, la invitas a salir a tomar un café. Allí claramente estás actuando como un SIMP en toda regla, estás dándole dinero, tiempo e interés a cambio de su tiempo indeseado y para nada genuino.

El caso sería muy diferente si en esa reunión X esa mujer te viene a hablar o te da luces de interés, se ríe al conversar contigo porque le caes bien, ella escala físicamente contigo y notas que ella es receptiva y recíproca contigo, y tú, por ser cortés, la invitas a tomar una taza de café. ¿Qué pasa allí? Pues que no eres un simp. Fuiste caballeroso y actuaste en consonancia a la receptividad de ella hacia ti.

Analicemos esto: En ambos conrextos tu estás gastando dinero en una mujer, pero en el primero no obtienes nada a cambio, y en la segunda estás obteniendo una interacción genuina, real y con deseo innato de una mujer, que bien trabajado por tu parte se puede

materializar en una relación, sexo, o simplemente en otras futuras citas que lleven directo al compromiso de un noviazgo y matrimonio

- El primer caso eres tú ante una situación dónde evidencias una clara desesperación y pura necesidad. Una situación dónde estás forzando una interacción que lo más probable es que no lleve a nada y si lleva a algo, fue un milagro. Pero casi siempre serás usado y saldrás perdiendo..

- En el segundo caso eres tú actuando desde la masculinidad y actitud alfa, sabiendo que, aunque no la invites a nada todavía, esa mujer seguiría teniendo interés en ti, porque así te lo ha demostrado previamente.

Nota importante a destacar.

No eres un SIMP por invitar a una mujer a comer. Yo soy de los que recomiendo a los hombres que seamos hombres con valores tradicionales.

Eres un SIMP cuando invitas a una mujer que sabes que no ha hecho nada por ti. No ha habido una interacción, interés y reciprocidad. No has visto que ella le guste estar cerca de ti o que converse con agrado contigo. Eres un SIMP cuando la invitas por desesperación y pura necesidad lo merezca o no.

Pero no solo eres SIMP si malgastas tu dinero en una mujer que no te demostró nada, sino también cuando entregas tu dignidad, cuando pierdes tu tiempo con ella o modificas tus gustos y personalidad con tal de encajar con ella o que de que ella te considere como “valioso”.

Eres un SIMP cuando estás haciendo todo lo que está en tus manos para que una mujer te preste atención. Eres un SIMP cuando continuamente estás intentando demostrar a una mujer que eres el partido.

¿Por qué se han creado los simp?

Los SIMP son una creación del mismo individuo, pero aunque sin duda es culpa del individuo que actúe así, también son una creación de la sociedad moderna que vende a la mujer como “lo más importante”. Hoy día la sociedad ha “empoderado" a las mujeres al punto de elevarlas como si ellas fueran inalcanzables.

La misma sociedad hoy ha mal catalogado a los hombres colocándolos como si estos deben sacrificarse por una mujer. Es decir, la sociedad les enseña a las mujeres que los hombres deben hacer todo por ellas por el hecho de ser mujeres.

Incluso, en muchos podcast de mujeres en redes sociales, ellas les enseñan a las mujeres que para saber si ese hombre es el correcto e indicado; este debe hacer muchas tareas y desafíos para demostrarle que es merecedor de ella. Este debe pasar las pruebas que ella le imponga si quiere compartir su tiempo y amor.

Ya sabes, el famoso cuento de que es siempre el príncipe el que tiene que derrotar al dragón y sacrificar todo de sí, con tal de que la princesa le quiera. Es el hombre el que tiene que dejar su país, su trabajo y amistades con tal de que una mujer, “la indicada”, le ame como se merece.

Para los hombres que son SIMP las mujeres son diosas, son seres superiores, son seres de luz. Parece que solo por tener vaginas lo merecen todo. Para el simp las mujeres son perfectas, santas y un premio por el que hay que pelear y hasta dejar todo, hasta la vida.

Hay un dicho popular que dice así: *“trátala como una diosa/reina y te tratará como un plebeyo”.* Otro similar dice: *“trátala como tu ídolo y ella te tratará como si fueras su fan”.* Prácticamente si actúas como un simp ante las mujeres, tú les estás enseñando que se crean eso, que son una diosa, que ellas están por encima de ti. Ella se verá cómo la inalcanzable y a tí te verá como su perro que espera que caigan las migajas de la mesa para comer.

El hombre SIMP prácticamente es un esclavo de la mujer. Ella te tendrá tan controlado que si quieres tener sexo con ella, será cuando ella diga. No puedes hablar y decir nada hasta que ella te lo diga. No son tus planes y proyectos, sino los planes que ella diga y todo de la forma que ella diga.

Características de un hombre simp.

1- La coloca en un pedestal.

¿Cómo colocas a la mujer en un pedestal? Cuando haces todo lo que ella te dice que hagas pensando que sólo porque te mantiene cerca, es que realmente le gustas.

2- Busca constantemente su validación.

La felicidad del simp está ligada a su validación. Los elogios exagerados que él le da son estúpidos.

Ejemplo: Ella sube una foto a sus estados y él le comenta:

"Dios mío, te ves MUY CALIENTE".

Los simp que hacen esto son idiotas. Les hace ver como perdedores desesperados. Este es un comportamiento vergonzoso, detén esa mierda ya mismo.

3- Tienen complejos de inferioridad.

Los simp siempre gastan su tiempo, dinero y energía en las mujeres mientras ellas se quedan sentadas sin hacer nada. Absurdamente ellos creen que es un trato justo porque ellas les permiten estar en su presencia a cambio de hacer todo lo anterior. El simp vive eso con ella porque él se ve inferior a ella.

4- El simp es adicto a su atención.

Eres simp como cuando le envías mensajes largos a ella para obtener respuestas de 1 a 2 palabras después de un día. Esto sucede porque te convences gravemente a ti mismo de que sólo porque ella te responde, todavía tienes una oportunidad.

Creéme, su gato tiene más oportunidad con ella que tú. Deja de ser adicto a su atención.

5- El simp vive espiando sus redes sociales.

El simp vive obsesionado con todos los chismes que suceden en la vida social de ella.

El simp no se da cuenta que esto es un comportamiento extremadamente femenino.

6- El simp cambia todo por ella.

Ejemplo:

- Si ella está triste, te conviertes en un payaso para hacerla reír.
- Si ella quiere ver una película para chicas y tú la odias (la película), igual la ves con ella.
- Si ella es liberal y feminista, tú también te conviertes en uno (aliade) por miedo a que ella te deje.

Si realmente quieres dejar de ser un simp, aprecia este libro y toma en consideración el poner en práctica los consejos aquí escritos.

Capítulo 4.

DESARROLLO DEL HOMBRE MASCULINO.

Vamos abordar 4 características de un hombre que busca el desarrollo personal masculino. Cada una de ellas tienen por ende sus propias características que vamos a mencionar.

Estas características son necesarias y deben ser tu objetivo en la vida. Estas te van a permitir ser un hombre masculino y un hombre respetable y de admiración.

SÉ UN HOMBRE SANO EMOCIONALMENTE.

Hoy día hay muchos hombres heridos y dañados. Hombres que han tenido traumas u otros han sufrido hechos lamentables desde abusos sexuales hasta abandono de los padres. Para poder lograr ser un hombre masculino, no es recomendable reprimir eso, sino sacarlo. Nada de esto es fácil. Desde tratar la depresión, la ansiedad y el dolor por heridas emocionales muy profundas.

Pero te voy a dar 10 características de un hombre sano emocionalmente. Toma esto como la meta e inspiración para poder ser fuerte en tus emociones.

1- La paz sobre el poder:

Los hombres sanos emocionalmente no se caracterizan por poseer los rasgos básicos del poder, la agresividad o el dominio. Saben que el poder real está en controlar las emociones. Un hombre sano tiene una mentalidad estoica. Valora más la paz que pueda ayudarles en el autoconocimiento del ser. La paz interior es la fuerza más resistente e inquebrantable. La paz brinda calma y estabilidad en tus emociones. Procura hacer la paz con tu dolor y las heridas del pasado al aceptar ese dolor.

2- Debes estar dispuestos a aceptar el dolor:

No es secreto que a nosotros los hombres nos enseñaron a suprimir las emociones y a no mostrar dolor. Soy de los que creo que hay emociones que como hombres debemos reservar para nosotros. Pero esto no significa una licencia para reprimir el dolor y las emociones que meritan con urgencia sanar. Si hacemos eso, no podremos sanar. No seas el hombre que pasa su vida intentando huir de las emociones y el dolor.

Si huyes de las emociones y el dolor, te vas a refugiar en distintas relaciones, en el dinero, el sexo, el porno, y las drogas. Los hombres emocionalmente fuertes se permiten a sí mismos sentir sus emociones, no se niegan a sentir algo ni reprimen sus sentimientos. Adoptan una mentalidad estoica.

3- Humildad para aceptar cuando te equivocas:

Los hombres sanos confían en sí mismos y saben que no necesitan tener razón siempre. La necesidad de tener siempre razón y no querer ser cuestionado reflejan el miedo a que

equivocarse destruya tu imagen y afecte el modo en que te perciben los demás. Los hombres sanos admiten sus faltas y errores.

4- No se enfocan en los obstáculos, sino en cómo atravesarlos:

Si ven obstáculos en el camino, los interpretan como una señal para buscar otro camino. Ellos jamás se paralizan y menos se quedan pensando el porqué esos obstáculos les pasa a ellos. Ellos miran las pruebas, problemas y las adversidades como guías para tomar las mejores decisiones.

5- Procuran más el respeto que la atención:

El hombre sano emocionalmente no busca ser aceptado por el grupo. No es como la mayoría de personas que tratan de conseguirlo intentando ser tiranos y superiores a los demás. Los hombres sanos emocionalmente se ganan el respeto de todos haciendo lo correcto y lo justo. Sé justo y correcto y te ganarás el respeto de los demás.

6- No menosprecian a los demás.

Los hombres sanos emocionalmente no miden ni cuantifican la valía de los demás y tampoco las tratan en función de sus habilidades o posibles logros. Ellos no se la pasan denigrando y humillando a los demás con menosprecio.

7- Comprende que los cambios a veces son necesarios:

Los hombres sanos emocionalmente entienden que cada experiencia tiene una enseñanza y asumen los cambios que se puedan presentar aunque estos puedan complicarlos a veces. Los estoicos veían necesario las cosas que pasaban en la vida, fueran buenas o malas, para hacer los cambios que se requerían No se la pasaban renegando ni quejándose porque sabían que lamentándose no resolvería nada.

8- Ven las críticas y el fracaso como fuentes de aprendizaje:

Los hombres sanos emocionalmente nunca buscan validación externa, por lo tanto, no buscan la aprobación de otras personas, no se frustran con el fracaso y aceptan las críticas constructivas. Comprenden que pueden aprender y mejorar a partir de eso. Estos son mentores sabios.

“El mejor maestro el fracaso es”.

— Maestro Joda.

SÉ UN HOMBRE MADURO.

“Te conviertes en hombre cuando maduras, no cuando llegas a viejo”.

La madurez no se define por la edad. La madurez se alcanza cuando el hombre comprende su importancia, su propósito y su valor. Cuando comienza a razonar y hacerse responsable de sus decisiones.

Analicemos algunas características de un hombre maduro.

1- Tienen control de sus emociones.

Cuando nos referimos a control, no hablamos de tener un poder controlador, sino de que hemos aprendido a vivir con las emociones, a manejarlas, ya sean negativas o positivas, a modularlas. El hombre maduro nunca evita las emociones. De hecho, los hombres maduros encaramos las emociones, las aceptamos, las interiorizamos como parte de nosotros, aprendemos de ellas y seguimos adelante. El control de las emociones significa que no nos dejamos guiar, llevar ni actuar por ellas de forma volátil y visceral.

2- Son responsables.

Entre las diferentes características de un hombre maduro, ser responsable de los propios actos es indispensable.

Un nombre maduro alcanza un buen nivel de equilibrio cuando aprende de sus errores y asume las consecuencias de lo que hace sin culpar a nadie de ellos.

3- Sacan de su vida el resentimiento.

Esto lo podríamos enlazar con la primera de las características de un hombre maduro. Si nos dejamos sumergir por las emociones negativas y dolorosas durante mucho tiempo, la ira podría nublar nuestro juicio por completo.

El resentimiento está ligado a la raíz de amargura. El resentimiento produce odio y estrés. Te impide madurar. El resentimiento siempre está a la vuelta de la esquina. Siempre puede aparecer. Pero los hombres que han madurado han comprendido que para sacar ese resentimiento, es necesario amar, perdonar y olvidar. Es seguir adelante.

4- El Autoconocimiento.

El paso para la madurez es el constante sometimiento al autoconocimiento. Una persona que se conoce a sí misma es plenamente consciente de quién es. Reconoce sus fallos y sus debilidades, pero también sus fortalezas y todo su potencial.

El autoconocimiento te permite actuar de forma segura, sin ira, y sin odio. Te ayuda en todo momento a tener una actitud calmada, coherente y respetuosa.

5- No son complacientes con nadie.

Los hombres maduros no se preocupan por quedar bien con todo el mundo. No están en búsqueda de aprobación. Los hombres maduros se conocen perfectamente y actúan según sus reglas personales o filosofía de vida, siendo esta su verdadera motivación. En lugar de

agradar a los demás, siguen su propio camino y propósito, buscando mejorar y crecer como se han propuesto.

6- Acepta la realidad de las cosas.

Un hombre maduro acepta lo que ocurre a su alrededor y desde ese punto de partida, puede intentar modificar algunos aspectos de la misma, si es posible, para que le aporten más sabiduría y cambios necesarios. Es decir, una persona madura es realista, pero no conformista.

7- Pueden estar solos si ellos deciden.

Cualquier hombre maduro sabe estar solo cuando corresponde y si así lo decide. No tienen temor a quedarse solos, o si lo abandonan. Esto no significa que sean solitarios. Simplemente el hombre maduro no necesita estar con otras personas para sentirse a gusto. Saben adaptarse.

8- Es independiente.

Los hombres maduros no tienen ninguna complejidad de dependencia emocional o sentimental con alguien. Los hombres que han madurado se caracterizan por tomar sus propias decisiones y elegir el rumbo de su vida conforme a lo que desea y necesita.

Los hombres maduros tienen autodeterminación: deciden desde su propia voluntad, con cierto grado de libertad y asumiendo la responsabilidad de sus acciones.

SÉ UN HOMBRE QUE HACE EJERCICIOS.

Hacer ejercicios no es algo ridículo y menos algo superfluo. Hacer ejercicios es vital. Hay muchas razones positivas para hacer ejercicios que van desde la salud física hasta la salud mental. Los ejercicios en un gimnasio son tan importantes que han habido numerosos casos de personas que superaron la ansiedad y depresión solo con levantar pesas.

Para alcanzar la grandeza, debes construir la fuerza y la excelencia. Creo fervientemente que hacer ejercicios en un gimnasio o en tu propia casa te hará un mejor hombre.

Si quieres llegar a ser hombre masculino y destacado que aspira grandes cosas, es menester que coloques el fortalecimiento, iniciando por el físico, como uno de los mayores objetivos de tu vida.

Hacer ejercicios te hará evolucionar de múltiples maneras. Evolucionarás de forma física y mental. Esto no es fácil al principio porque para mantener este hábito, debes trascender a la motivación y ser disciplinado. Disciplinarte en esto te hará más sano y atractivo permitiéndote optimizar mejor tu composición corporal.

¿Por qué debo hacer ejercicios?

Creo que la mayor razón de porqué deberías hacer ejercicios, no es tanto para mejorar tu composición corporal y mantener una dieta sana y balanceada; sino para fortalecerte mentalmente.

Hacer ejercicios beneficia tu mente, su fortalecimiento, más específicamente. Cada vez que vayas a entrenar estarás plenamente fortaleciendo no solo tu cuerpo, sino también tu mente. Incluso, los ejercicios ayudan a liberar tu mente de pensamientos autodestructivos. Son una de las mejores dopaminas saludables que tu cerebro y mente necesitan.

Obviamente los ejercicios en un gimnasio no es la única manera de fortalecer la mente, pero es sin duda la más sencilla y accesible.

Mi consejo con esto es que puedas crecer en todo sentido. Que puedas mejorar de forma integral. Deja de gastar dinero en estupideces e invierte en ti. La mejor inversión es tu propia vida. Toma estos consejos:

- Ve a un gimnasio y habla con los entrenadores. Paga la mensualidad y comienza a fortalecerte.

- Si no te gustan los gimnasios porque van muchas personas o porque eres introvertido, y prefieres estar en casa, haz lo siguiente. Compra un kit de pesas, usa un espacio adecuado en tu casa, puede ser la sala, patio o tu cuarto y mira videos de entrenadores para practicar lo mismo.

- Si no tienes los recursos para pagar un gimnasio o para comprar un kit de pesas, usa cosas de tu casa. Pueden ser botellas llenas de agua. Cualquier recurso de tu hogar que veas que te sea útil. Pero la idea es que puedas desarrollarte mental y físicamente.

SÉ UN HOMBRE QUE SABE INVERTIR SABIAMENTE SU DINERO.

La mejor inversión de tu dinero debe ser para ti. Pero no solo basta con saber eso, debes comprender que el dinero no se debe desperdiciar y menos invertir en cosas que te harán daño.

Debes aprender a ser un buen administrador de los recursos que logres tener en la vida. Sea dinero o bienes materiales, una empresa millonaria o un negocio pequeño.

Te daré varios consejos que espero que puedas considerar seriamente.

Evita gastar tu dinero en los excesos.

Un hombre sin control hará desastres. Un hombre que no sabe usar el dinero, lo primero que hará es gastarlo en excesos. Ningún exceso en esta vida es bueno y saludable. Hay cosas que te marcan para siempre o te consumen.

Evita gastar de más.

No hagas cosas para impresionar a la gente. Quien busca impresionar a los demás compra de más y hasta se endeuda. No hagas eso. Más bien busca siempre lograr un buen balance de las cosas.

Aprende a ahorrar.

Este es el consejo más importante que pueda recomendarte. Te recomiendo ahorrar con el objetivo de que puedas
alcanzar tus metas y tenerlas a largo plazo. El ahorro es el respaldo seguro ante cualquier emergencia.

Invierte en cosas productivas y que te generen.

Sabemos que para poder hacer crecer el dinero debemos aprender a ahorrar, pero también debemos aprender a invertir en cosas que produzcan y valgan la pena. Dependiendo de tus metas y objetivos que tengas en mente o ya trazados, deberías considerar poner a trabajar tu dinero aprovechando los diferentes planes para invertir que hay en el mercado actualmente. Eso sí, antes de invertir, asesórate bien.

Deja de gastar tu dinero en la dopamina barata.

La manera más fácil de perder tu dinero es en los vicios, las drogas, las adicciones, el porno, las suscripciones de Only Fans y el pagar por las cariñosas o las mujeres que no valen la pena.

Medita en este texto de la biblia que habla mejor de la inversión económica que podrías perder al pagar por mujeres que no valen la pena.

"Querido jovencito, escúchame: ¡no desprecies mis consejos!Apártate de esa mujer y no te acerques a su casa, o acabarás entregando tu salud y los mejores años de tu vida a gente cruel y peligrosa; ¡todo tu salario, y el dinero que con tanto esfuerzo te ganaste, irá a parar en otras manos! Cuando te hayas quedado pobre, dirás entre llantos y lamentos: «¡Pobre de mí, pobre de mí! ¡Nunca acepté ningún consejo! Jamás les hice caso a mis maestros, ni obedecí a los que me orientaban. ¡Ahora estoy casi en la desgracia ante toda la comunidad!" (Proverbios 5: 7-14).

Capítulo 5.

HABLEMOS DE LAS MUJERES.

Así como hay malas mujeres, así hay buenas mujeres. Como dice el dicho popular: *"De todo hay en la viña del Señor".*

En este capítulo abordaremos las malas mujeres que deberías evitar a toda cosa. Pero también hablaremos de las buenas mujeres que debes tomar en cuenta para una relación seria.

Tu como hombre eres libre de decidir si quedarte soltero o comprometerte con una mujer, pero es mi deber enseñarte valores y principios tradicionales. Hoy día tanto la mujer como el hombre (en su mayoría) han dejado de ser tradicionales. Cuando nos referimos a tradicional, nos referimos aquellos valores como el respeto, la fidelidad, los roles, la familia, la vida y el hogar matrimonial.

La modernidad ha suplantado lo tradicional. Y no es malo la modernidad, sino los ideales que tienen consigo parte de esa modernidad.

En la mujer por ejemplo, les dice que el feminismo y el empoderamiento es la norma y que sin eso, ellas viven esclavizadas por el patriarcado. Esto lo puedes ver en redes y medios informativos muy populares. El feminismo le ha hecho creer a la mujer que es libre mientras ella vive en excesos de un libertinaje sexual. Les dice que si se casan y tienen un esposo e hijos con él, son sometidas y esclavas.

Pero el feminismo no es el único problema que ha traído la modernidad, sino que la prostitución, la exhibición, la promiscuidad y los excesos libertinos han llevado a la mujer a una falsa liberación. En resumen, las ha llevado a no ser mujeres recomendables para una relación con un hombre.

Muchas mujeres con toda esa ideología feminista, se están volviendo agresivas y violentas. Están perdiendo su esencia que es su feminidad. El feminismo y las ideologías progresistas modifican el orden natural de las mujeres volviéndolas masculinas, pero al mismo tiempo promueve la afeminación del hombre. Dando esto como resultado que el hombre tenga "energía femenina" y la mujer "energía masculina". Esto altera el orden natural de las cosas.

Es por eso que el hombre debe ser masculino hoy más que nunca. Las mujeres necesitan hombres masculinos, no afeminados. Por ende, las mujeres necesitan ser femeninas para que el hombre masculino las acepte. Los hombres masculinos que saben ejercer su virilidad son sumamente atractivos, porque la masculinidad es un rasgo que las mujeres desean en los hombres.

Todos en la sociedad respetan al hombre masculino. Lo mismo pasa con las mujeres que son femeninas. Son admiradas y hasta mayormente deseadas. A ningún hombre le llama la atención y menos le causa deseo sexual una mujer con personalidad masculina. Mujeres

así no inspiran deseo ni respeto, solo rechazo. La masculinidad es atractiva en los hombres, pero altamente tóxico y nocivo en las mujeres

El feminismo, las ideologías progresistas y la sociedad actual que está enferma de esto, le enseña a las mujeres a depravar su feminidad en pos del poder y la aceptación social. Les enseña que ellas son superiores a los hombres y que estos son machistas opresores. Verdugos imperiales que no les permiten su desarrollo.

Lo que ellas no saben es que adherirse al movimiento feminista resulta en una destrucción de su atractivo. Esto sin duda afecta su oportunidad de estar con el hombre que anhela ya que este tendrá rechazo inmediato hacia ella.

El feminismo y las ideologías actuales les venden a las mujeres la mentira de que masculinizarse, depravarse y vivir sin la necesidad de un hombre es volverse libres. Las convence de despojarse de su feminidad para aspirar a ser algo que ellas no son en realidad. Les enseña que la maternidad y dedicarse al hogar es debilidad y esclavitud.

Esto ha llegado a tal grado de descomposición, que la mujer en su intento de dominar al hombre en todas las esferas, ha llegado a ser más infiel y más promiscua. En esencia, cuanto más desgastada y experimentada se vuelve una mujer en esa depravación sexual, menos femenina y atractiva se
vuelve.

LA MUJER MODERNA O DE ALTO VALOR.

Hay que aclarar esto de una vez. No es lo mismo una mujer de alto valor, que una mujer de alto costo. La mujer moderna suele decir que es de “alto valor” pero en realidad es de alto costo.

Mujer de alto costo

Es aquella que representa un gasto enorme en el hombre. Se cree merecida de todo y exige lo mejor. Cree que por tener vagina automáticamente los hombres con lo que ella sale deben darle todo. Esta es la que te dice que jamás saldría con un hombre pobre o que ella debe comer en los mejores restaurantes. Es la típica mujer que usa a los simp para sacar dinero. Esta por lo general es una mujer muy usada, no es virgen y tiene mucho kilometraje. Vive en discotecas y fiestas.

Mujer de alto valor.

La mujer de alto valor, la que realmente vale, es lo opuesto a la de alto costo. Esta mujer vale mucho porque se ha cuidado, es exclusiva y ha sabido preservar su cuerpo. Ella es una mujer que sabe apoyar, ayuda ahorrar y es un apoyo en momentos difíciles. Ella es la del proceso que en tu peor momento jamás te abandona. Ella se respeta a sí misma, no anda exhibiéndose en redes sociales y menos es infiel. Es una mujer que ama el hogar y es una mujer que se contenta contigo teniendo todo contigo o nada.

¿Por qué se creen de alto valor?

La que se cree de valor, realmente no lo tiene. Mayormente las mujeres que se creen de valor es porque realmente lo perdieron. No tienen ningún tipo de valor real en el mercado de relaciones. Los hombres en masas se dan cuenta rápido de la clase de mujer que es. Y los hombres de verdad no se van a arriesgar. Ese “ofertón” no les conviene

Estas mujeres que se creen "de alto valor" (MAV) se la pasan publicando en redes su lujos y prendas, claramente obtenidas con la DEA (la de abajo) para proyectar que son la última Coca Cola del desierto y que por tanto su valor es infinitamente alto. Estas mujeres no se dan cuenta que ellas no tienen el poder de darse ese valor. El valor es impuesto por el mercado de relaciones. No puedes valer si nadie te compra o nadie te quiere. Así funciona esto. Nadie va a pagar algo por lo que todos obtienen gratis o que no vale la pena.

Una mujer que se la pasó de carrucelera (que vivió teniendo sexo con el uno y con el otro) no tiene valor alguno. Jamás puede compararse con una mujer que es virgen o que al menos estuvo a lo largo de su vida casada con un solo hombre y sólo con ese estuvo sexualmente.

Lo que vale no es lo fácil de obtener o conseguir o comprar. Lo que vale realmente es lo que está escaso y es difícil de conseguir. Tú no ves a todo el mundo comprando diamantes como si compraran pan en la esquina de su casa. Los diamantes son difíciles de encontrar, y cuando se venden, se venden a un alto precio por su cuidado y gran valor. Incluso, esos diamantes no se exhiben en cualquier lugar, a menudo son guardados hasta que llegue el cliente adecuado para adquirirlos. No están en exhibición para que todos lo vean y lo toquen con sus manos.

Lo mismo se aplica a la mujer. Una mujer de alto valor debería poseer cualidades bellas. Cualidades como: La virtud, el honor, la molestia, la virginidad, la feminidad, la prudencia, la lealtad y el amor por el cuidado del hogar y la familia. Hoy día estas cualidades son un síntoma de debilidad y una aberrante ofensa para las feministas..

Estas cualidades (por mencionar esas, aunque hay más) son muy codiciadas por los hombres. Estas son las mujeres que realmente son de valor. Son de valor porque son difíciles de encontrar en esta época y más cuando se promueve la depravación y el libertinaje como liberación femenina.

RED FLAGS EN MUJERES.

Como mencionamos al inicio de este tema, hay buenas mujeres, pero también hay malas. Hablemos de las malas mujeres.

Los Red Flags son esas banderas rojas de advertencias. Algo que te dice que es un peligro. Hay mujeres que son altamente un peligro para los hombres buenos. Algunas banderas rojas son:

- Mujeres manipuladoras
- Mujeres promiscuas.

- Mujeres exhibicionistas.
- Mujeres fiesteras.
- Mujeres con kilometraje.
- Mujeres interesadas.
- Mujeres narcisistas.

Pienso que hay más banderas rojas, pero pienso que todo se resume allí.
Casi siempre una mala mujer tiene todas esas características.

¿La biblia habla de mujeres así?

Cabe destacar que las malas mujeres no son actuales, siempre han existido a lo largo de la historia de la civilización humana. La biblia guarda registros de mujeres que fueron perversas y llegaron a destruir grandes reinos e imperios. Hay muchas, pero voy a mencionar a 4 mujeres de las cuales debes cuidarte. Esas 4 mujeres descritas en la biblia son una representación clara de la mujer moderna de hoy que pretende destruir a los hombres.

Dalila.

Dalila fue una mujer interesada, con narcisismo y con maldad ya que se vendió para llevar a Sansón a la muerte. (Jueces 16:4-22). Dalila es hoy día una cariñosa (prostituta) o prepago. Las mujeres así arruinan la vida de los hombres.

Jezabel.

Quizás la más conocida por popularmente es Jezabel. Ella fue una mujer altamente manipuladora, vengativa, narcisista e intimidadora que manejaba a su esposo Acab, Rey de Israel (ejemplo de un beta) y lo que él tenía a su antojo. Jezabel usurpaba su lugar ante el pueblo y cometió muchos delitos. (1 Reyes 21:1-29). ¿Te suena este tipo de mujer con algunas que conoces o ves en redes sociales?

Herodías.

Herodías fue una mujer maquiavélica, con instinto asesino, psicópata, manipuladora y adúltera que pidió la muerte de Juan el Bautista. (Mateo 14:1-12). No solo era una mujer mala, sino que era una madre narcisista ya que uso a su propia hija (igual a ella) para pedir la cabeza de Juan el Bautista

La mujer adúltera de proverbios.

La mujer extraña descrita en Proverbios 7. Esta mujer descrita en Proverbios era una mujer prostituta, infiel y adúltera, que no respetaba al marido y que con cualquiera tenía sexo. Muchos hombres perdieron su dinero, moral y vida por estar con ella.

Estas mujeres existen hoy todavía. Están buscando dañar a buenos hombres y reducirlos como a pan:

"Porque a causa de la mujer ramera el hombre es reducido a un bocado de pan; Y la mujer caza la preciosa alma del varón" (Proverbios 6: 26).

Estas mujeres fingen amar a su hombre. Estas mujeres son veneno de víboras y son amantes de hacer caer a hombres en adulterios y fornicaciones:

"Pero tengo una queja en tu contra. Permites que esa mujer—esa Jezabel que se llama a sí misma profetisa—lleve a mis siervos por mal camino. Ella les enseña a cometer pecado sexual y a comer alimentos ofrecidos a ídolos" (Apocalipsis 2: 20).

Elige bien con qué tipo de mujer te vas a casar. No te ciegues ante su encanto o la hermosura de su cuerpo o la seducción de sus ojos. Recuerda lo que enseña Salomón:

"No pienses en esa malvada; no te dejes engañar por su hermosura ni te dejes cautivar por su mirada" (Proverbios 6: 25).

Aprecia el consejo de una gran mujer y madre, la Madre del Rey Lemuel al recomendarle qué tipo de mujer necesitaba en su Vida:

"La hermosura es engañosa, la belleza es una ilusión; ¡sólo merece alabanzas la mujer que obedece a Dios!" (Proverbios 31: 30).

Es decir, busca una mujer que sea de virtudes, carácter y comportamiento de lealtad.

MUJERES MANIPULADORAS.

Las mujeres manipuladoras son más comunes de lo que crees. Jamás subestimes el poder que tiene una mujer de manipular a los hombres con el objetivo de conseguir lo que quiere.

Usan la manipulación como arma.

Podríamos asegurar que las únicas personas expertas por naturaleza en el mundo para saber manipular con astucia, son las mujeres. No es que no existan hombres manipuladores, pero esto no está en nuestra naturaleza. Nosotros somos más de controlar por medio de la fuerza. Las mujeres, al no tener esa fuerza, buscan obtener el poder por la manipulación

La manipulación de las mujeres es antigua, desde los días de Eva en el huerto al ofrecerle a Adán su esposo la fruta que no debían comer. Esto ha evolucionado a lo largo del tiempo como una especie de "arma". Ellas usan la manipulación porque no son capaces de defenderse a sí mismas a través de la fuerza física como nosotros los hombres.

Son expertas en usar en tu contra tus debilidades.

Las mujeres manipuladoras son especialistas en detectar las debilidades de los hombres. Este es uno de los instrumentos que utilizan para herirte. Por ejemplo, si hay algo que te produce vergüenza de tu físico y deseas ocultar o tienes un secreto o dolor interno que no hablas con alguien, esa mujer manipuladora tratará de averiguarlo y, si se da la ocasión,

podrá usarlo en tu contra. Es por eso que a este punto siempre les digo a los hombres que hay cosas, emociones y aspectos de nosotros que debemos reservar para nosotros mismos y jamás contarlo a una mujer.

Son desprestigiadoras.

Las mujeres manipuladoras por lo general son narcisistas. Toda narcisista se siente perfecta, es una paloma blanca, jamás ha roto un plato. Ella nunca es la culpable de nada. Ella es la medida de las cosas, su regla es la única que vale. La mujer manipuladora siempre hará hincapié en que estas equivocado cada vez que digas algo, y cuando ella tenga la oportunidad pondrá de relieve tus defectos y te ridiculizará con su sarcasmo. Las mujeres manipuladoras siempre se dedican a juzgar a los hombres.

Siempre son ellas las víctimas.

Las mujeres manipuladoras siempre proyectan que son los otros los que abusan de ella. En cada versión de la historia narrada por ellas, ellas son las que sufren. Ellas reclaman justicia y se tienen a sí mismas como a una inocente maltratada. Ellas hacen esto para crear el discurso con la intención de que tú te sientas culpable de su infortunio y lo injusto que es el mundo con ella. Ellas suelen aprovechar este gran discurso para que bajes la defensa y así obligarte a acceder a lo que te pida por lástima o por culpa. Ellas manipulan así para conseguir lo que quieren.

El lloriqueo.

Es bien sabido que las mujeres lloran más que los hombres. Es más probable ver mujeres llorar que un hombre
Pero lo perturbador es que la mayoría de mujeres usan el llanto como un medio para manipular a su
pareja para que haga algo por ellas.

El llanto de una mujer ha doblegado a los hombres más de lo que te imaginas. Una mujer llorando causa preocupación y lástima. Y muchas de ellas lo saben, y por eso lo usan para que se cumplan sus planes. Hay hombres que todavía no despiertan y ven a la mujer tan hermosa y fan delicada que no piensan que la mayoría de sus lloros son en realidad manipulación. Recuerda: hay mujeres que fingen sus lágrimas para tenerte controlado.

MUJERES FIESTERAS.

Cuando nos referimos a mujeres fiesteras, no sólo es la mujer que va a una discoteca. Nos referimos precisamente a la mujer que vive en libertinaje. Es la mujer que ha confundido la libertad con el libertinaje.

Una mujer fiestera en todo sentido es una bandeja roja. Yo tengo una frase que dice así:

“Una mujer fiestera no es material para esposa”.

Una mujer fiestera no sirve como

novia ni como esposa. Muchos aceptan esto y otros no. Algunos piensan que estamos sugiriendo que la mujer no puede divertirse. Pero el asunto no es la diversión, sino cómo, dónde y con quién ella se divierte. Una cosa es la diversión sana como ir a un parque de diversiones o tomar una taza de café con amigas. Pero otra es el bajo mundo y sus excesos. Nadie critica el hecho que puedan divertirse con sus amigas, el problema radica cuando viven un estilo de vida que pasa nada realza su feminidad

Hoy día el feminismo les enseña a la mujer que pueden hacer con sus cuerpos lo que quieran y que pueden vivir una sexualidad libre. Pero no les dice las graves consecuencias de estos excesos y estilo de vida. Las mujeres fiesteras pornlo general comienzan a experimentar el sexo casual y descontrolado, pero luego de presenciar las graves consecuencias, terminan depresivas, con ansiedad y culpando a los hombres de sus errores.

Nadie se atreve a decir esto, pero la mayoría de mujeres fiesteras, además de ser infieles, son mujeres que han pasado de pene en pene. Lo más descarado es que luego de haberse comido más de 100 penes, exigen un buen hombre afectivo y proveedor.

Esta clase de mujer no te conviene. No sabes el gran y peligroso riesgo de contraer un ETS (enfermedades de trasmisión sexual).

MUJERES PROMISCUAS.

Bajo ninguna circunstancia es recomendable para un hombre tener una relación con una mujer promiscua.

Estar con una mujer promiscua es tan desleal como estar con una mujer infiel o prostituta. No hay honor en la promiscuidad, por ende, no hay honor en ese hombre que se mete con mujeres promiscuas.

Hay 3 razones para no estar con una mujer promiscua:

1- Mayor riesgo de enfermedades de transmisión sexual:

La mujer al tener múltiples parejas sexuales, están expuestas a un mayor riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual. El riesgo es alto y puedes salir perjudicado.

2- Problemas emocionales:

Las mujeres promiscuas están llenas de conflictos y problemas emocionales. Sus múltiples relaciones sexuales sin compromiso la han llevado a tener sentimientos de vacío emocional y falta de conexión íntima.

Esto indudablemente va afectar la conexión íntima contigo. Ella te engañará y te dejará por otro porque está inestable emocionalmente.

3- No te hace masculino.

Una mujer promiscua no ayuda al estatus de un hombre. El hombre que está con una mujer promiscua es la burla de todos. ¿Quieres respeto y estatus? Jamás te relaciones con mujeres promiscuas.

¿QUÉ HAY DE LAS MAMÁS SOLTERAS? ¿SON MALAS MUJERES? ¿ES RECOMENDABLE?

Hay buenas mujeres y malas mujeres. Por ende, hay buenas mamás solteras y malas mamás solteras. Pero el punto no es si son malas o buenas, es punto es si es beneficioso para un hombre.
No es ver las cosas desde el punto de vista de una mamá soltera, sino desde el hombre.

- El punto no es sí ella cometió una mala decisión o no.
- El punto no es si ella es una buena o mala mamá soltera.
- El punto no es si ella aprende de sus errores y luego madura y sana.
- El punto no es si ella merece ser feliz o no.

Puede que ella sea un ángel caído del cielo y que un hombre la tomó, y le pagó mal abandonándola. Nadie dice que es bueno eso, y menos que es correcto que un hombre haga eso, porque sé que hay casos así de hombres malos. Yo mismo me opongo a que un hombre le haga daño a una mujer de esa forma.

Pero no todos los casos son así. La mayoría son por malas decisiones de ellas al no considerar bien a ese hombre. El hombre no es el que da el acceso al sexo. Es la mujer. Aunque moleste, es así.

Es tu decisión de estar o no con una mamá soltera. En mi opinión, solo los betas eligen y aceptan a las mamás solteras. Los hombres alfas jamás. Tu debes hacerte esta pregunta:

1. ¿Qué beneficio te da estar con mamá soltera?
2. ¿Es rentable económicamente para mi?

Las preguntas tienen respuestas claras y precisas. ¡NADA!. No te beneficia en nada. Jamás olvides esta verdad y realidad:

"Ella te acepta porque es mamá soltera y necesita que le ayudes. Pero si ella no fuera mamá soltera, jamás te aceptaría".

3 problemas seguro que tendrás con las mamás solteras.

1. Jamás serás la prioridad de ella ya que sus hijos serán su prioridad.
2. Tu dinero y trabajo será para ella, y no podrás regañar a sus hijos.
3. Te guste o no, tendrás que lidiar con el papá de sus hijos.

LO QUE LA MAYORIA DE MAMÁS SOLTERAS JAMÁS TE DICEN

- Dejan a los hijos con la mamá para irse a la discoteca, bares y antros con hombres o con amigas.
- Tienen sexo con muchos hombres por dinero.
- Tienen hijos de varios tipos para mayor ingreso financiero.
- Es irresponsable en la economía, pero culpa al papá de no darle nada a los hijos.
- Seduce a los simp y betas para comprarle cosas a sus hijos, pero ellas jamás tienen nada serio con ellos. Sólo los usan.
- Hace responsable al padrastro, y no al papá, de la manutención de sus hijos.
- Le importa más el macho que sus hijos, en muchos casos. A veces hasta dejan a los hijos por un hombre.
- Culpa a los hijos de su fracaso y mala suerte en el amor. Hasta sienten ira y frustración por quedar embarazadas.
- Toman, fuman y hasta se drogan sin importar las consecuencias que puedan afectar a sus hijos.
- Aparentan ser "luchonas" e "independientes" en redes, pero buscan a hombres débiles para sacar provecho financiero de ellos.
- Siendo mamá soltera, se mete con hombres casados (no le importa la esposa) pensando ese tipo le dará comodidades.
- Muchas maltratan a sus propios hijos, y si tienen un hijo varón, lo ponen hacer el papel de proveedor.
- Muchas tienen sexo en la casa y hasta frente a sus hijos.

Eso y más hacen ellas. Estas cosas jamás lo dicen ellas. Jamás lo dirán porque se les cae el negocio. Es mejor para la mayoría hacerse las victimas y sufridas.

Hombre, date cuenta que mereces una mejor mujer. Una sin hijos. Libérate de esa carga y responsabilidad que no es tuya.

ELIGE A UNA BUENA MUJER.

No busques en el lugar equivocado

Una buena mujer no se encuentra en la basura. Una buena mujer no se encuentra en un prostíbulo. Una buena mujer no se encuentra en una discoteca perreando a varios tipos y bebiendo alcohol hasta llegar a vomitar en la calle. No se encuentra en bares y antros nocturnos donde cientos de hombres hacen esfuerzos para tener una noche de sexo con ella.

Ni en esos sitios o lugares parecidos vas a encontrar mujeres que valgan la pena. Y cuando me refiero a que valga la pena, no me refiero a mujeres para tener una noche de sexo o varias noches de sexo. Me refiero a mujeres que son material de esposa. Mujeres con las cuales puedas llegar a formar una familia y tener hijos. Mujeres que sean las del proceso y ambos puedan crear proyectos de vida juntos.

Así que, deja de buscar en esos sitios. Mejor ve a una iglesia, una biblioteca, una enfermería, un parque, etc. Lugares que jamás una chica fiestera y promiscua iría a divertirse.

Características de una buena mujer.

No nos hagamos los tontos o ingenuos, todos sabemos cuando una mujer es buena y cuando es mala. Todos sabemos cuando esa mujer no nos conviene. Todos sabemos por instinto y lógica que esa mujer es una mala mujer. Todos sabemos cuando una mujer realmente es una hermosura de mujer y que vale la pena.

¿Cómo lo sabemos? Por sus acciones, su forma de ser, su personalidad, como es con su familia y sus amistades. Aquí te doy ciertas características:

Que sea atractiva físicamente.

Nosotros los hombres somos visuales y siempre evaluamos a las mujeres por su atractivo físico. Pero aunque la belleza de una mujer es subjetiva y cada quien tiene sus preferencias y gustos personales, debemos estar de acuerdo que hay ciertos aspectos que, de forma general, se pueden percibir
como propios de una mujer atractiva.

Hay rasgos faciales que indudablemente llaman la atención a un hombre. Una mujer con una piel suave, un cuerpo bien definido y cuidado, una vestimenta adecuada, olores corporales muy agradables, y una delicadeza en su cabello y gestos de su rostro. Vulgarmente hablando, la tipa está buenísima. Tiene senos, nalgas y una cadera que llaman la atención. Eso de que “la apariencia de una mujer no importa” es mentira. No nos caigamos a mentiras.

Pero considera que, aunque tenga los ojos de un mar, y sea la rubia más hermosa de este planeta, de nada sirve si es atractivo no va en armonía con una personalidad y carácter de una mujer sana emocionalmente. De nada sirve eso si ella es infiel, promiscua y desleal.

Que sea una mujer Inteligente.

Una mujer inteligente es hermosa. Pero una mujer que no tiene inteligencia, es necia.

“La mujer bella pero tonta es como anillo de oro en la trompa de un cerdo”. (Proverbios 11: 22).

A los hombres no nos interesa si la mujer es profesional o no, si es académica o no. Lo que nos importa es que ella sea inteligente. La inteligencia no se adquiere con un título. Una mujer inteligente es aquella que actúa con sabiduría y discreción. Para ser más específico, es la mujer madura que ha reflexionado lo suficiente sobre la vida y sabe cómo afrontar cada evento de la misma.

Una mujer así trae riqueza y vida a la relación. Es una mujer que cuando te da un consejo, este consejo viene cargado de sabiduría y prudencia.

Que sea una mujer cálida.

Una mujer cálida es aquella que es dulce y cariñosa. Ella tiene una vibra y personalidad que embellece su feminidad. Esto es lo más valorado en una mujer. Nada es más hermoso en una mujer que ver que su belleza destila cariño, ternura y calidez. Esto se ha perdido en gran medida en las mujeres gracias al feminismo.

Que sea una mujer que ame de corazón.

Nada causa más repelente que una mujer amargada y que es resentida. Una mujer que en todo lo que hace destila odio y mal humor. Una mujer que pelea y causa carga al hombre. Por ende, busca a una mujer que amen de corazón. Que sus decisiones, incluso las cotidianas, están impregnadas de generosidad y consideración hacia su compañero. Una mujer agradecida a tal punto que le hace sentir a su hombre que es el mejor y que es feliz a su lado.

Hay hombres que llegan del trabajo y lo que reciben es queja, reclamos y desagrado por parte de su mujer.

Que sea una mujer de hogar.

Una mujer de hogar es aquella que ama a la familia. Ella no tiene ese temor y miedo de ser mamá y criar hijos. Ella no aboga la hoja del feminismo que dice que la maternidad es una opresión.

La mujer de hogar no solo ama la maternidad y la crianza, sino que ama a su esposo y ama también el cuidado de la casa. Ella es servicial no porque es esclava o sirvienta. Ella ama cocinar, limpiar y hacer labores domésticas no por imposición del marido o de un sistema que la adoctrina, sino cómo un acto de amor a ella misma y a su esposo.

Que sea una mujer honesta.

Una mujer honesta y sincera es un regalo del cielo. Ningún hombre quiere vivir con una mujer que le miente.

La honestidad es una de las cualidades que un hombre debe buscar en una mujer. Saber que tu mujer no te oculta nada y no te miente y menos te engaña, es paz asegurada. La confianza lo es todo en una relación. Sin confianza, la relación se sepulta y destruye.

Que no sea una mujer con complejo de reina.

Ninguna mujer debe ser irrespetada por su hombre. Creo que todo hombre debe respetar y dar honor a su mujer. Por lo tanto, si ella te pide respeto, debes dárselo. Comprende que te pedirá que la trates con respeto, pero solo porque es una persona a la que amas, no porque sea una mujer empoderada, diosa y reina.

La mujer madura y que se hace respetar le pide a su hombre que no la trate mal y menos que la lastime. Pero nunca lo hace porque se cree superior a ti. Lo hace porque ella espera recibir un buen trato. Se supone que tu la amas a ella y no la vas a lastimar.

Recuerda que una mujer de de valor nunca estará con un hombre
que le faltara al respeto, la pisotea y la humilla. Ella es tu apoyo y equipo y merece buen trato.

CONCLUSIÓN.

Espero que este libro te haya resultado útil. Hay muchos temas que se pueden hablar pero quise hacer este libro no tan largo para que te sea fácil leerlo varias veces. Creo que lo más esencial que necesita un hombre ya fue escrito aquí.

Gracias por leer este libro. Valoro el que te hayas tomado el tiempo para examinarlo.

Te quiero invitar a que puedas recomendar este material. Pero por favor, no lo regales, seamos hombres correctos y honestos. Invita a otros a que lo puedan adquirir comprándolo.

¡Marquemos la diferencia!.